

La Rivista svizzera del Gusto — N° 6

LA SETTIMANA DEL GUSTO®

**THERES & MARKUS
DETTWILER**

Madrina e padrino della
Settimana del Gusto

LIESTAL

La Città svizzera
del Gusto 2016

AOP-IGP

Tre prodotti autentici
da assaporare

2016


www.gout.ch

patrocino



Slow Food®CH



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



Fifty Fathoms Bathyscaphé



RAISE AWARENESS,
TRANSMIT OUR PASSION,
HELP PROTECT THE OCEAN

www.blancpain-ocean-commitment.com

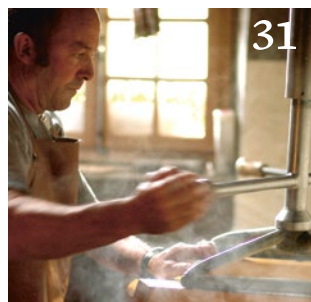
IB
1735
BLANCPAIN
MANUFACTURE DE HAUTE HORLOGERIE

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

SOMMARIO



Preambolo	5
Liestal Città del Gusto 2016	7
Slowfood Quattro milioni di alberi per il pianeta	20
Libri	24
Poster Leguminose: il cibo del futuro	25
La carta della Settimana del Gusto	94
Comitati qualità	95

RITRATTI

Theres et Markus Dettwiler Madrina e padrino della Settimana del Gusto 2016	12
People Il piatto preferito di...	16

RICETTE

Hummus di lenticchie al curry	42
Costine di maiale di Ormalingen	58
Basmati alle verdure e alle lenticchie	59
Tajine alle pere e allo zafferano	61
Insalata di ceci all'orientale	67
Gratin di pane raffermo e verdure	85
Chili con salsiccia	93

REGIONI


Vaud Ristorazione collettiva e prodotti di prossimità	36
Enoturismo Una prima escursione nella regione di Morges	62
Le Livre sur les quais Un menu a base di lettere e sapori	65
Agriturismo Reinventare le vacanze	68

PRODOTTI

AOP-IGP Si copia quello che vale la pena copiare!	29
Pays romand – Pays gourmand Le delizie della Romandia	38
La salsiccia alla griglia Una deliziosa tradizione	90

INCHIESTE E REPORTAGES

Ecologia E se mettessimo in conserva l'estate	45
Settimana del vino svizzero Un incontro tra 300 ristoranti e 300 viticoltori	49
Ta cave , storia di un successo	53
Magasins du monde Idee l(eg)uminose	59
Bio Suisse Wow, i ceci svizzeri!	66
IP Suisse Una coccinella per la natura	70
WIR La banca delle PMI	75
Uniterre Un'alimentazione sana per tutti	79
DSC L'agricoltura ecologica ai Tropici	81
Fourchette Verte Il pane: semplice, ma mai banale!	84
Cliniques Bois-Cerf e Cecil Gastronomia e salute con Carlo Crisci	86
Déclaration de Berne - Public Eye Stevia, l'amarezza dei Guarani	88



SI, COMME NOUS,
VOUS PENSEZ QU'IL EST
CAPITAL DE SAVOIR
CE QUE VOUS MANGEZ...

... ALORS, DEVEZ
MEMBRE FRC

Pour 60.-/an, vous rejoignez
les consommateurs romands
qui font bouger les choses.

#lepouvoirdagir

Mangiare è un atto agricolo



Lanciata da appassionati del gusto, sostenuta da chef radicati nel territorio, appoggiata da produttori autentici, la Settimana svizzera del Gusto è da 16 anni una festa popolare di condivisione del cibo.

Ogni anno si afferma sempre più come piattaforma nazionale del cibo «buono, pulito e giusto». A poco a poco si stringono nuovi partenariati. Ed ecco che arrivano Pas romand - Pays gourmand, IP-Suisse, Agritourisme, Les Magasins du Monde. Mentre la Settimana del vino svizzero si aggiungerà a noi in settembre.

Quale senso bisogna dare a questa grande festa? Niente di più e niente di meno che quello di un gesto di riappropriazione del nostro cibo quotidiano che l'industria agro-alimentare si è accaparrata, spesso a causa della nostra passività.

Che cosa mangeremo nel 2030? Alcuni hanno l'obiettivo di farci ingurgitare «alimenti funzionali»,

OGM, cibi omologati e standardizzati. In altre parole un programma di negazione non solo della biodiversità alimentare e culinaria ma anche del piacere del gusto.

I mezzi per invertire questa deriva produttivista e senz'anima esistono. La «fame al sud e il junk food al nord» non sono scritti nei nostri geni. Questo modello agro-alimentare ha raggiunto i propri limiti.

Fortunatamente, come cittadini abbiamo la possibilità di contrastare tutto ciò: alimenti pieni di pesticidi, animali ingrassati con soia OGM importata, epidemia di obesità.

Le nostre soluzioni si chiamano lotta contro lo spreco alimentare, circuiti brevi di commercializzazione, agro-ecologia, cintura verde intorno agli agglomerati, più leguminose, frutta e verdura, meno carne robotizzata. E soprattutto: produttori che fanno parte della comunità che ci nutre, remunerati in maniera equa!

È per questo che la nostra madrina e il nostro padrino quest'anno sono dei contadini-allevatori: Theres e Markus Dettwiler di Ormalingen (BL), una coppia di produttori modello. Con Liestal, Città del Gusto 2016, avremo l'opportunità di scoprire una città che apre al pubblico le sue cucine e le sue cantine. Prendetevi il tempo di viaggiare in lungo e in largo per il paese, celebrando la convivialità.

Josef Zisyadis

Direttore della Settimana svizzera del Gusto
Co-presidente di Slow Food Svizzera



Liestal, Città del Gusto 2016

Testo, Paul Imhof — Foto, Paul Menz

La capitale del cantone di Basilea campagna non è spesso sotto le luci della ribalta sulla scena nazionale, eppure ha molto da offrire. Durante la Settimana del Gusto, che si svolgerà dal 15 al 25 settembre 2016, Liestal aprirà le sue cucine e le sue cantine invitando a prendere posto intorno a un tavolo riccamente imbandito.

In febbraio gli abitanti di Liestal, con carri fiammeggianti e fiacole ardenti, sono passati in corteo lungo le strade della città per scacciare l'inverno. Domenica 25 settembre nello stesso luogo, sulla stessa antica pavimentazione, sarà installata una tavolata lunga più di 200 metri intorno alla quale prenderanno posto 700 ospiti per gustare insieme i frutti della primavera e dell'estate. «Inviteremo tutti a partecipare a una grande festa popolare del gusto» dice il sindaco Lukas Ott.

La cittadina, la «Stedtli», come è chiamata familiarmente Liestal, è una città dal 1296. E lo è anche secondo il metro attuale, dato che ha più di 14.000 abitanti. Eppure resta per tutti la cittadina, non solo per civetteria, ma anche per marcare una netta distinzione da Basilea, dieci volte più grande, che si trova a soli dieci minuti di distanza. Dal 1833 Liestal è la capitale di Basilea campagna. Allora ci vivevano 3000 persone, ma la sua importanza strategica era riconosciuta da tempo.

Dall'epoca dei romani Liestal ha sempre custodito il bivio in cui si biforca un'antica e importante strada commerciale, la «Hauensteinroute». In direzione sud-ovest questa strada portava, attraverso la Waldenburgertal e passando per l'Oberen Hauenstein fino a Oensingen, a Berna e ai passi alpini dell'Oberland bernese e del Vallese. In direzione sud-est, superando l'Unteren Hauenstein, la via puntava verso Olten, Lucerna e il Gottardo. Chi partiva da Basilea non aveva bisogno di cambiare carrozza a Liestal, ma chi scendeva dai passi del Giura arrivava in città con molte esigenze da soddisfare.

Oggi nella maggior parte dei casi i treni veloci passano senza fermarsi e l'autostra-

da si divide soltanto più a est, nei pressi di Augst, in A2 e A3. Con l'evoluzione del traffico anche la fisionomia della cittadina è cambiata. Da tappa lungo un cammino è diventata un luogo in cui si abita; gli antichi sellai e maniscalchi, bottai e conciatori, e gli artigiani che producevano cappelli e guanti sono via via scomparsi; lo spazio libero è stato occupato, nel XIX e nel XX secolo, prima da una prospera industria tessile, che ha fatto di Liestal per qualche tempo la capitale svizzera di questo settore, poi dall'amministrazione e dai servizi.

— Domenica 25 settembre sull'antica pavimentazione di Liestal sarà installata una lunga tavolata, più di 200 metri, a cui saranno invitate 700 persone.

Come Città del Gusto 2016 Liestal vuole valorizzare i propri punti forti, anche se da fuori non sono sempre riconosciuti. «Il nostro obiettivo è essere presenti tutto l'anno e mettere in rilievo il tema comune del gusto in tutto il cantone di Basilea campagna» spiega Tobias Eggimann dell'Ufficio del turismo cantonale. «Con il marchio generale Gusto da Basilea campagna intendiamo offrire ad agricoltori, ristoratori e produttori uno strumento per diffondere informazioni sulla qualità e la varietà delle nostre specialità locali» afferma Lukas Kilcher, direttore del Centro agricolo cantonale Ebenrain.

Ma quali sono le specialità di Basilea campagna? Essendo diventato solo di recente un territorio sovrano, indipendente da chi per lunghi anni l'aveva dominato da una posizione senza dubbio importante a livello europeo, il cantone non ha potuto certo far nascere dal nulla una propria cultura culinaria. Di prodotti e di piatti ne esistevano da tempo, ma tutti risalenti al periodo della dominazione di Basilea città e frutto di un continuo scambio con i paesi vicini: l'Alsazia e il Baden hanno arricchito la gastronomia di tutta la regione.

Un colpo di fortuna per il giovane semi-cantone fu la scoperta, nel 1836, delle saline di Muttenz da cui si sviluppò un'importante industria legata al sale che fu di grande aiuto per l'economia nascente di Basilea campagna e del vicino cantone di Argovia (Riburg). Le Saline svizzere del Reno a Schweizerhalle garantirono ben presto l'approvvigionamento di sale per tutto il paese.

Basilea campagna non produce, come il Vaud, cereali, anche se oggi si assiste a un ritorno del farro. La grande richiesta di latte da parte della popolazione sempre più numerosa della città di Basilea ha spinto a trasformare i campi in pascoli. Il paesaggio collinoso che dalla valle del Reno sale verso l'altopiano del Giura e si estende fino alla sua catena montuosa è caratterizzato da una serie di valli adatte all'allevamento e alla coltivazione di frutta. Dove il suolo e l'esposizione lo permettono si pianta anche la vite che si sta diffondendo in tutta la zona. Negli ultimi anni i vini locali si sono conquistati un'ottima fama e si sono affermati nei concorsi nazionali di degustazione.

Un tempo un tratto dominante del paesaggio della regione erano gli alberi da

Per ulteriori informazioni:
baselbieter-genusswoche.ch

frutto ad alto fusto. Purtroppo da decenni i grandi meli, peri, ciliegi, prugni e noci sono praticamente scomparsi e solo oggi la loro coltivazione viene di nuovo promossa perché se ne è capito il valore ecologico e l'importanza per la natura e l'uomo. Per gli agricoltori doversi arrampicare su alti alberi per raccoglierne i frutti non è un piacere, ma il sidro e l'acquavite che si ottengono da quei frutti sono di elevata qualità e ripagano ampiamente della fatica fatta.

Basilea campagna comunque non è solo sinonimo di gustosi prodotti del territorio. A Eptingen è nata una leggendaria bibita gassata – la Pepita. A Oberwil nel 1974 è stato fondato il Fibl, l'istituto di ricerca per l'agricoltura biologica. A Lauwil, in presenza di un padrino d'eccezione, un ispettore federale, il 1° luglio 1999 è stato ufficialmente prodotto il primo whisky svizzero. A Münchenstein sono state inventate le «Cola-Fröschli» e insieme al distretto bernese di Laufen sono entrate a far parte delle glorie locali anche le caramelle alle erbe Ricola e le teste di moro Richterich.

La cucina, nonostante alcuni ristoranti di alta gastronomia, è restata tradizionale. Lo «Zwiebelfleisch», uno spezzatino con cipolle, è la risposta di Basilea campagna allo sminuzzato alla zurighese, e le creazioni a base di ciliegie e prugne sono numerose. Si va dalle prugne al vino rosso con la cannella, le «Wyyzwätschge», fino alla tipica torta di prugne della zona, dallo «Chriesitotsch», un soffice tortino di ciliegie, al kirsch e al cognac all'uovo. Un «gugelhupf» salato (allo speck) rende onore alla vicina Alsazia e i bastoncini di cannella locali, benché più rustici delle stelle alla cannella, hanno il vantaggio di essere disponibili tutto l'anno.



Tra il Reno e la catena montuosa del Giura il cantone di Basilea campagna è caratterizzato da un paesaggio mutevole e affascinante. Ecco alcuni dei luoghi più interessanti :

AUGUSTA RAURICA

i resti dell'insediamento romano vicino ad Augst sono un monumento nazionale.

I GIARDINI MERIAN E IL PARCO «IM GRÜNEN»

un vasto spazio verde sulle rive della Birse appena fuori dalla città in cui da poco si trova la sede della Fondazione Pro Specie Rara.

L'ERMITAGE E IL DUOMO DI ARLESHEIM

nel XVII secolo il capitolo di Arlesheim fece erigere un duomo e alcune case capitolari. Verso est, proprio ai margini del verde villaggio, si trova l'Ermitage, il più grande giardino all'inglese della Svizzera.

WASSERFALLEN

la funivia Reigoldswil-Wasserfallen conduce rapidamente vicino alla vetta più alta del cantone di Basilea campagna, l'Hinteri Egg che raggiunge i 1169 metri.

CASTELLI E FORTIFICAZIONI

sopra Bubendorf si trova il castello di Wildenstein, sul limitare di un antico bosco di querce. Al castello di Ebenrain il cantone organizza ricevimenti. Dalle rovine di Farnsburg presso Ormalingen e da quelle di Waldenburg o di Homburg si gode ancora di una magnifica vista.

PASSEGGIATE NEL GIURA

da Waldenburg passando per Rehag fino a Belchen, da Laufen passando per Blauen fino ad Aesch, da Wenslingen a Zeglingen.

Consigli e informazioni sul sito baselland-tourismus.ch. Cartine gratuite per gite ed escursioni si possono ordinare al numero 061 927 65 44.



Formaggi Svizzera. Da dolce a molto saporito.

Si lasci guidare dal suo
buon gusto. Gustate il
vostro formaggio preferito.



Svizzera. Naturalmente.

Il nostro Formaggio Svizzero.
www.formaggiosvizzero.ch





Il comitato organizzativo della grande tavolata di Liestal.

Testo, Dominique Thommen — Foto, DR.

La tavolata di Liestal

Domenica 25 settembre lungo la strada principale di Liestal, la Rathausstrasse, verrà imbandita una grande «tavolata»: 70 tavoli (dalla porta della città fino all'edificio del governo) intorno ai quali potranno trovare posto circa 700 persone. Alle 12 sulla prima tavolata di Liestal avrà inizio il pranzo, a base di specialità del cantone di Basilea campagna: il piatto principale sarà costituito dalle «Laubfrösche», polpettine per buongustai avvolte in foglie di bietola, accompagnate da «risotto di spelta» e carote glassate. Come dessert: una variazione a base di mirabelle. Le portate saranno preparate e servite dalla Gastronomie Brüderli del Ristorante Kaserne e da alcuni ristoranti di Liestal (ristorante dell'Hotel Engel, Schützenstube, Mooi e Herzlich). L'evento organizzato dalla Città del Gusto rappresenterà il clou della Settimana del Gusto 2016. La tavolata lunga 200 metri sarà un momento speciale di festa: i visitatori siederanno su semplici panche, ma i tavoli saranno coperti da tovaglie di stoffa, si mangerà in piatti di porcellana e si berrà in bicchieri

di vetro. Agli adulti sarà proposto un bicchiere di vino rosso o bianco del cantone – premiato! –, proveniente dalla cantina SiebeDupf di Liestal, mentre gli appassionati della birra ne scopriranno una versione speciale preparata per l'occasione dalla Baselbieter Brauerei.

Ad allietare musicalmente la manifestazione saranno l'orchestra della città e i musicisti di Viva Cello – il leggendario festival che dopo cinque anni di pausa torna a Liestal dal 21 al 25 settembre. Ospite sarà lo scrittore Dominik Flammer il cui ultimo libro, «Dinkelreis und Pfefferchirsi», ha ispirato il menu. Alle 14.30 inizierà una grande festa popolare con stand gastronomici e varie attrazioni.

Il cantone di Basilea campagna non è solo il paese delle ciliege

Mentre Liestal decideva di festeggiare per un anno intero la sua elezione a Città del Gusto, lo scrittore e sceneggiatore Dominik Flammer nel suo nuovo libro raccoglieva le specialità locali. Da trent'anni si occupa di storia dell'alimentazione e va alla ricerca di prodotti e ricette regionali. Facendo l'inventario delle specialità di Basilea e di Basilea campagna è rimasto sorpreso dalla varietà culinaria della regione: «Basilea campagna non è solo il paese delle ciliege, ma anche delle mirabelle!» Tra il 60 e il 100% delle mirabelle svizzere proviene da lì. Per Flammer il territorio di Basilea campagna è molto adatto alla coltivazione di questa varietà di susine che non richiede una cura particolare.

«Dinkelreis und Pfefferchirsi» uscirà in autunno per l'editore AT di Aarau. In 240 pagine presenta prodotti e produttori di Basilea campagna attraverso testi e foto. Il libro comprende un elenco di 80 produttori visitati personalmente dall'autore. Presentazione del volume: il 25 settembre durante la «tavolata di Liestal».

Theres e Markus Dettwiler

Prodotti di scarsa qualità rovinano anche la ricetta più raffinata. Quanto può essere buona la carne di animali allevati in maniera rispettosa lo dimostrano Theres e Markus Dettwiler di Ormalingen, madrina e padrino della Settimana del Gusto 2016.

In questo giovedì pomeriggio di febbraio si sente già aria di primavera tra le colline del cantone di Basilea campagna. Alla fattoria, l'Hofgut Farnsburg, il negozio è chiuso: vacanze di carnevale. Ma nonostante tutto il movimento che c'è in questi giorni tra Gelterkinden e Basilea, gli habitués passano lo stesso per gettare un'occhiata nel frigo accanto al negozio. Data la richiesta notevole, all'interno non c'è più molto. Poche salsicce di carne bovina di razza Galloway e di bisonte, un po' di prosciutto e tre costole di maiale allevato in libertà. Tutti i prodotti sono sotto vuoto ed etichettati.

Pochi passi più in là, proprio di fianco al negozio, si trova la grande stalla, in mezzo passa un sentiero che porta alle rovine di Farnsburg, troneggianti su uno sperone di roccia. Le rovine sono il punto di arrivo ideale per gli amanti delle passeggiate che ormai non si fanno più sorprendere da un cavaliere di passaggio, ma tutt'al più un bisonte che spunta all'improvviso sul pascolo. In questo momento però gli animali sono tutti a riposare nella stalla. È mezzogiorno. I bisonti americani, un tempo quasi scomparsi, sono finora riusciti a resistere al totale addomestica-

mento e qui alla fattoria hanno molto spazio a disposizione.

Antiche razze vs. iperproduzione

Sul lato sud della stalla le Galloway si dedicano all'attività contemplativa del ruminare. Le vacche Galloway appartengono a un'antica e robusta razza scozzese dal pelo ispido. Bovini e bufali vivono se-

— Restiamo fedeli ai nostri principi

condo la propria natura, il pelo li protegge sia dal caldo che dal freddo.

In un altro angolo della stalla ci sono, accomodati tra la paglia, dai dieci ai venti maiali, in parte all'interno e in parte all'esterno dell'edificio. Coabitano pacificamente e grugniscono in modo amichevole – i toni della conversazione tra questi suini sono decisamente pacati, e solo ogni tanto si sente lo squittio di protesta di uno di loro che vuole farsi spazio.

Markus e Theres Dettwiler hanno iniziato ad allevare maiali all'aperto più di vent'anni fa. «Un giorno osservando una

decina di maialini mi resi conto che il loro prezzo non avrebbe coperto neanche i costi di allevamento, insomma era come se su ognuno di loro dovessi appiccicare un biglietto da dieci franchi» racconta Markus che è cresciuto alla fattoria. Negli anni novanta i Dettwiler allevavano bovini e suini e coltivavano cereali. Ma a un certo punto capirono «di non avere più voglia di cercare di contrastare i prezzi sempre più bassi con una produzione sempre più alta» e decisero di affrontare la cosa «da una prospettiva diversa».

Il paesaggio ondulato disseminato di boschi e pascoli, a un'altitudine di 650-700 metri sul livello del mare, è perfetto per gli animali. I Dettwiler aprirono le stalle. Presto videro però che i maiali crescevano troppo in fretta e non erano abbastanza robusti per sopportare la vita sui pascoli. Cercarono allora di riportarli alle condizioni delle razze più antiche attraverso una serie di incroci, per esempio con una razza tipica del Baden-Württemberg (Schwäbisch-Hällische Sattelschwein), e a poco a poco riuscirono a fare in modo che gli animali, per lo meno quelli di razza Edelschwein (con le orecchie diritte) e Landschwein (con le orecchie cadenti) perdessero la loro de-



Il cereale prezioso.



PuraSpelta – il cereale svizzero autentico

Lasciate entrare la fantasia in cucina con PuraSpelta! Pane, torte e dolci, non ci sono limiti all'impiego di questo cereale svizzero antico, dal gusto inimitabile. I grandi chef e gourmet sono costantemente alla ricerca di prodotti autentici, dal gusto unico. PuraSpelta è la loro scelta: un cereale svizzero genuino, coltivato e lavorato con cura e passione dai contadini, proprio come una volta.

Fate attenzione al marchio PuraSpelta (UrDinkel). Dove c'è scritto «spelta», non sempre è ciò che si intende. Soprattutto nei prodotti di importazione, la spelta è spesso mischiata al frumento per ottenere profitti più elevati. Il marchio PuraSpelta garantisce l'uso esclusivo di varietà antiche di spelta, coltivata osservando norme specifiche per il rispetto dell'ambiente.

**Punti vendita, informazioni
e ricette:**

puraspelta.ch





formità e acquistassero elasticità. Chi osserva questi maiali mentre scorrazzano sui dieci centimetri di neve che coprono i pascoli non ha bisogno di ulteriori spiegazioni per capire che cosa significa trattare con rispetto gli animali.

Un tempo più costosa della carne di vitello

I maiali sono stati addomesticati circa 10.500 anni fa, ma solo con la razionalizzazione dell'agricoltura sono stati ridotti a prodotto economico e di massa. In una incisione di Hans Holbein il giovane del 1518 ca., un pastore guida i suoi maiali nel bosco. Gli animali sono magri e slanciati, la loro discendenza dal cinghiale è inconfondibile. A lungo la carne di maiale è stata più cara di quella di vitello. Alla fine del diciannovesimo secolo a San Gallo ci volevano 1000 franchi per acquistare una

scrofa, una somma che corrispondeva allora a trenta volte il salario mensile di un artigiano. E oggi? La metà dei maiali svizzeri ha qualche possibilità di movimento, gli altri vivono in grandi capannoni e non vedono mai il sole. «Una vita senza sole? Tutti hanno bisogno del sole» dice Markus.

I suoi animali non devono tanto dare molta carne – e il più velocemente possibile – quanto una carne buona e possibilmente «ecosostenibile». I maiali crescono lentamente, vivono all'aperto anche in inverno e vengono macellati più tardi di quanto non sia abituale nel caso dei maiali da ingrasso: a otto-nove mesi. La macelleria è il regno di Theres Dettwiler. Sotto la sua direzione la carne di maiali, bovini e bionti viene elaborata e venduta, tutto si svolge alla fattoria.

Prima della macellazione inoltre i maiali hanno già vissuto diversi spostamenti. Dal luogo in cui nascono, a Dietisberg sopra Läuelfingen, sempre nella regione collinare di Basilea campagna, i maialini vengono innanzitutto trasferiti in una stalla da cui possono uscire all'esterno, poi vengono portati su pascoli più grandi e in seguito in uno spazio più piccolo; per l'ultima fase di ingrasso tornano di nuovo nella stalla. I Dettwiler spostano ogni volta gli animali in veicoli dove hanno a disposizione del cibo. Così l'ultimo viaggio non è caratterizzato da un senso di panico, ma di curiosità.

Vendita diretta e alta gastronomia

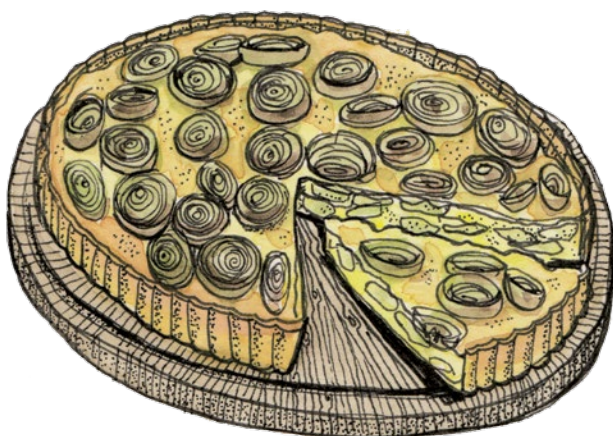
Il «maialino di Ormalingen» si è conquistato una fama che nessun'altra razza suina ha mai avuto. Grazie a un mix di erbe aggiunto all'alimentazione, al peso ideale e al momento scelto per la macellazione, la sua qualità è eccezionale. Con il maialino di Ormalingen la carne di maiale ha ottenuto di nuovo un posto di primo piano nei migliori ristoranti svizzeri. Quando Gérard Rabaey fu nominato nel 2004 cuoco dell'anno, tra i piatti principali del menu del suo ristorante, «Le Pont de Brent», spiccava il «Porcelet d'Ormalingen».

Con il passare degli anni i Dettwiler sono riusciti a organizzare la vendita diretta di circa il 90% dei loro prodotti: attraverso il negozio della fattoria, sui mercati di Sissach e Aarau o per corrispondenza raggiungono una clientela sparsa in tutta la Svizzera. Tutti i prodotti a base di carne, dai salumi alla carne macinata, dai ragout alle scaloppine fino agli arrostiti o al filetto sono di produzione propria. «Restiamo fedeli ai nostri principi», ribadisce Theres Dettwiler, «utilizziamo solo la carne dei nostri animali e dal 2014 abbiamo affittato un macello per occuparci direttamente anche di questo aspetto».

Testo, Knut Schwander — Foto, DR. — Illustrazione, Dora Formica

Il piatto preferito di...

Un'umorista, una star della televisione, una campionessa sportiva, un politico e un responsabile della Scuola alberghiera di Losanna: hanno tutti in comune la capacità di nutrirsi in modo semplice e con un budget limitato. E tutti hanno accettato di raccontarci qual è la loro ricetta da meno di 10 franchi per quattro persone.



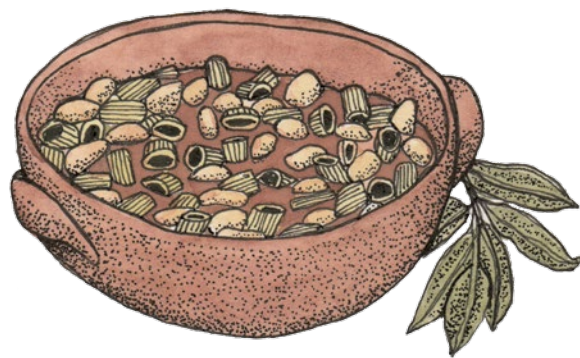
Kurt Aeschbacher

**Presentatore televisivo
Svizzera tedesca**

Una saporita semplicità

« Mia madre preparava le migliori quiches del mondo! Quando usciva con le amiche mio padre ed io metteavamo brevemente in forno le torte salate alle verdure che lei ci aveva preparato: era il menu delle nostre cene tra uomini ». Kurt Aeschbacher, presentatore, star della televisione svizzera tedesca e ambasciatore dell'Unicef continua a mangiarle con piacere, le quiches. « 10 franchi per quattro persone. È una bella sfida... Bastano ap-

pena per la pasta (che si può comprare anche pronta al supermercato) e un ripieno di panna, noce moscata e formaggio grattugiato. Per lo speck non sono sufficienti ». Ma approfittando dei prezzi migliori sul mercato si potrebbe aggiungere « del porro per esempio, o un'altra verdura » spiega Kurt Aeschbacher ricordando il profumo irresistibile della quiche appena tolta dal forno: « i miei amici vegetariani ne vanno pazzi! ».



Ignazio Cassis

Presidente dell'associazione ticinese
Fourchette Verte e membro del Consiglio
della Fondazione per la promozione del gusto

Equilibrio rustico

«Ho scoperto questa ricetta tipicamente italiana e contadina durante i miei anni da studente e la utilizzavo per far colpo sulle ragazze» ricorda Ignazio Cassis. Medico e presidente del Gruppo parlamentare PLR all'Assemblea federale, continua ad apprezzare questo piatto: «come presidente dell'associazione ticinese Fourchette Verte, sono molto sensibile al fatto che sia compatibile con questo marchio che valorizza una gastronomia sana ed equilibrata». La ricetta? Tagliare una cipolla, due ca-

rote, un gambo di sedano e metterli in una grande padella. Bagnarli con il brodo poi aggiungere 150g di polpa di pomodoro, un cucchiaino di salsa di soia, una fogliolina di alloro e 100g di fagioli borlotti. Cuocere per qualche minuto poi aggiungere 200g di pasta e continuare la cottura per 10 minuti aggiungendo brodo a poco a poco. Per concludere aggiungere altri 100g di fagioli e una zucchina tagliata sottile. Servire ben calda con un filo d'olio d'oliva crudo. È irresistibile!



Sarah Meier

Campionessa di pattinaggio artistico



Sano e croccante

«Dato che siamo tutti e due molto occupati, di solito prepariamo qualcosa di rapido, ma sano». Sarah Meier, 31 anni, di Bülach, che ha vinto il campionato d'Europa di pattinaggio artistico nel 2011, parla così del proprio regime alimentare e di quello del suo compagno, Jan van Berkel, 29 anni, triatleta. «La sera ci facciamo spesso piatti a base di uova. Frittate o uova strapazzate con prosciutto, pomodoro, formaggio ed erbe per

esempio. Se abbiamo molta fame aggiungiamo alcune fette di pane croccante». Anche per una cena a quattro con amici, questa coppia di sportivi di alto livello opta spesso per le uova: «le uova in padella con contorno di rösti sono tra i nostri cibi preferiti». E vista l'importanza di mangiare sano, «per iniziare presentiamo una fresca insalata verde». Un pasto buono, semplice, rapido ed economico!



Foto: © Ralph Feiner, Chur, Installation «Kreise» Huber Huber

10. | 11.9.2016

www.hereinspaziert.ch
www.venezvisiter.ch



Europäische Tage des Denkmals | **Oasen**
Journées européennes du patrimoine | **Oasis des villes,
oasis des champs**
Giornate europee del patrimonio | **Oasi**
Dis europeics dal patrimoni | **Oasas**

Die Fachstellen für Archäologie und Denkmalpflege, die Nationale Informationsstelle zum Kulturerbe NIKE sowie weitere am Kulturerbe interessierte Organisationen und Personen laden Sie herzlich ein. Bestellen Sie die kostenlose Programm-Broschüre.

Les services d'archéologie et des monuments historiques, le Centre national d'information sur le patrimoine culturel NIKE ainsi que d'autres organisations ou personnes s'intéressant au patrimoine culturel vous invitent cordialement. N'hésitez pas à commander la brochure gratuite.

I Servizi specializzati per l'archeologia e i monumenti storici, il Centro nazionale d'informazione sul patrimonio culturale NIKE come anche altri enti e persone interessate al patrimonio culturale vi rivolgono il più cordiale invito. Ordinate il programma gratuito.

Il servetschs spezialisads per l'archeologia e tgira da monuments, il Center nazional d'infurmaziun davart il patrimoni cultural NIKE ed ulteriuras organisaziuns e personas che s'interessaschan per il patrimoni cultural As envidan cordialmain. Empustai il program gratuit.

info@nike-kulturerbe.ch | 031 336 71 11



Brigitte Rosset

Umorista

Infanzia rivisitata

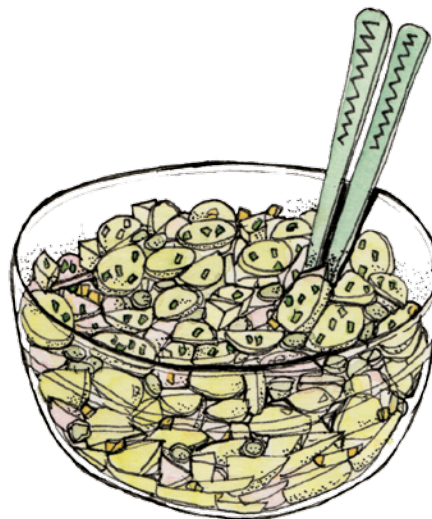
«Che cosa farei se dovessi preparare un piatto per quattro persone con un budget di 10 franchi al massimo? Beh, senza dubbio mi lancerei nei divini maccheroni al prosciutto della nonna, la mia cara e dolce nonna paterna. Mandava il suo Eddy, il mio straordinario nonno, a comprare il prosciutto nel negozietto del paese. Lui voleva che fosse tagliato sottilissimo». Il padrone del negozio eseguiva, naturalmente: «ma certo, come sempre signor Rosset». Sulla via del ritorno,

la nostra umorista e il nonno compravano un bel pezzo di Gruyère, per dare più gusto alla ricetta, e facevano una deviazione per fermarsi al bar del paese. «Amavo moltissimo questi momenti quando, appollaiata sullo sgabello, mangiavo la mia granita, affascinata dall'atmosfera dell'aperitivo campagnolo. I maccheroni al prosciutto sono l'infanzia, il calore, la dolcezza, il senso di sicurezza. Sono pieni di calorie, ma di quelle che lasciano solo un buon ricordo!».



Michel Rochat

CEO Scuola alberghiera di Losanna
e membro del Consiglio della Fondazione
per la promozione del gusto



Una madeleine proustiana molto elvetica

«Il cervelat è la mia madeleine. È legato a tanti ricordi: il cervelat in gelatina e insalata russa dei miei nonni, il cervelat alla griglia mangiato a scuola. Le grigliate in famiglia a base di cervelat mini, giganti, nature, al formaggio, allo speck. Tutti preparati in modo diverso grazie al taglio artistico o alle decorazioni». La preferenza del CEO della Scuola alberghiera di Losanna va indubbiamente all'insalata di cervelat, soprattutto se deve tenere basso il budget. La ricetta? Semplice ed efficace: 1 cucchiaino di senape in grani, un cucchiaino di Cenovis, un po' di Maggi, 2 cuc-

chiai di aceto di vino bianco, 4 cucchiaini di olio di colza, sale, pepe aromatizzato «Pepe Valle Maggia», 1 cipolla tritata, 1 mazzetto di erba cipollina tagliata grossolanamente presa dall'orto e una mela rossa sempre dell'orto tagliata a cubetti ma non pelata per dare colore. 4 cervelat tagliati in fette di 5-7 mm, 250g di fontina a dadini di un cm, 10 cetriolini tagliati sottili, 1 carota a dadini e 600g di piccole patate cotte, tagliate a rondelle dello stesso spessore delle fette di cervelat. E l'insalata è pronta!

Quattro milioni di alberi per il pianeta

Il progetto «Plant for the Planet» ha l'obiettivo di preservare la biodiversità. Grazie al sostegno di Slow Food e del gruppo AccorHotels, varie centinaia di meli e di noccioli hanno messo radici in Svizzera. Con la promessa, domani, di produrre frutti di alta qualità...

Vi è sicuramente accaduto, durante soggiorni in hotel, di leggere gli avvisi che invitano gli ospiti a usare più volte gli asciugamani per evitare eccessivi lavaggi. Un'ottima iniziativa. Se si trattava di un albergo del gruppo AccorHotels avete contribuito, senza saperlo, a far rifiorire alcuni bellissimi frutteti, in Svizzera e nel mondo. Come? Ve lo spieghiamo noi.

Destinazione: la campagna friburghese. Ai piedi del castello medievale di Rue, un paesaggio da cartolina, montagne innevate sullo sfondo e frutteti in piena fioritura. Ottocento giovani alberi sono stati ripiantati qui nel corso delle ultime settimane. Una cinquantina di varietà di medio fusto, antiche, rare, se non totalmente scomparse da tempo e che portano spesso nomi affascinanti. «Rose de Thorny», «Renetta ananas» e altri tipi di mele che si conservano a lungo: i frutti saranno utilizzati dalla sidreria Vulcain nella vicina regione della Sarine.

A una cinquantina di chilometri da lì, alle falde del Giura, in un altro paesaggio, a Cottens, si incontra un progetto del

tutto diverso. Nella tenuta familiare del Château - 70 ettari coltivati tradizionalmente a cereali, colza e barbabietole - un giovane e dinamico agricoltore interessato a diversificare i suoi raccolti ha piantato un migliaio di giovani noccioli. Al momento si tratta ancora di fragili arbusti ma tra qualche anno permetteranno di produrre al Moulin de Sévery il primo olio di nocciole al 100% svizzero.

Questi due frutteti hanno una cosa in comune: sono stati realizzati nell'ambito del programma di riutilizzo degli asciugamani «Plant for the Planet» del gruppo AccorHotels. Attualmente sono più di quattro milioni gli alberi piantati in tutto il mondo su iniziativa della Fondazione PUR Project. In collaborazione con produttori e imprese, questa fondazione ha l'obiettivo di preservare la biodiversità e contrastare i cambiamenti climatici. Vasto cantiere globale, «Plant for the Planet» è sostenuto dal gruppo AccorHotels. In Svizzera, il 95% degli hotel del gruppo partecipa al programma, mentre Slow Food si occupa della sua concreta messa in opera.

«I programmi che mirano a tutelare il paesaggio non mancano in Svizzera», nota Alessandra Roversi, responsabile del progetto per Slow Food. «E anche le associazioni che vigilano sulla biodiversità sono numerose, basta pensare a Pro Specie rara, Fructus, Rétropommes, Hochstamm Suisse. In compenso, il ritardo è grande dal punto di vista della valorizzazione dei prodotti. La conservazione del patrimonio assorbe una quantità enorme di energia, ma poi il consumatore non sa dove acquistare queste 36 varietà di mele e di pere minacciate...»

Un olio di nocciole svizzero

Le scelte dei due produttori citati si iscrivono nel solco delle Slow Food. Il primo, Jacques Perritaz, biologo di formazione con una conoscenza incredibile dell'ecosistema e una sensibilità straordinaria per le sue esigenze, con il suo approccio biodinamico è un purista del sidro che produce con la cura con cui si «alleva» un gran cru.

Il secondo, Julien Bugnon, spinto dalla passione e dalla curiosità ad andare verso sud e verso ovest per imparare dal lavoro



di altri coltivatori, cerca di diversificare la produzione reinventando un prodotto locale. Dopo aver collaborato con Jean-Luc Bovey, dell'oleificio di Sévery, per preservare la produzione dell'olio di noci svizzero, valorizzato oggi dal marchio «Presidio» di Slow Food, Julien Bugnon ha scommesso sulla prossimità e sulla qualità piantando dei noccioli.

«È una sfida per un agricoltore», afferma il suo compagno di avventura di Sévery, Jean-Luc Bovey: questo albero da noi si trova solo allo stato selvatico, sulle rive dei ruscelli, e dà frutti una volta ogni due anni. Alcuni esemplari crescono anche in giardini privati. La Svizzera non ha una vera e propria tradizione nella produzione di olio di nocciole, a differenza dell'olio di noci, menzionato già nel 1598 a Sévery. Per quanto riguarda poi gli oleifici, il cantone ne aveva ancora settanta alla fine della Seconda Guerra mondiale, ma il diffondersi dell'industria ha quasi cancellato questa produzione tradizionale».

Valorizzare la produzione locale

Oggi il Moulin de Sévery è costretto a

importare nocciole dalla Turchia, ma si spera che i raccolti locali riusciranno a rispondere in futuro alla domanda: «nel tempo vorremmo poter rinunciare alle importazioni per valorizzare la produzione di Cottens». Così come avviene per le 200 tonnellate di noci esclusivamente svizzere pressate al mulino.

I noccioli non sono tipici della regione, ma dovrebbero adattarsi bene al clima dell'altopiano, pensa Julien Bugnon, che ha approfondito questo tema ed è andato a informarsi nelle principali regioni di produzione francesi. «Temendo le gelate di primavera, abbiamo optato per una varietà tardiva. E dato che il criterio della prossimità è importante per la frutta secca, la nocciola vodese dovrebbe poter rimpiazzare vantaggiosamente quella importata dalla Turchia o dal Piemonte», stima il produttore.

Il primo raccolto, previsto per il prossimo mese di settembre, è atteso con impazienza. «Nel caso dei noci è necessario aspettare almeno sei anni prima che producano i frutti, il nocciolo dovrebbe essere un po' più precoce. Nel Bordelais si



Biologo di formazione, Jacques Perritaz produce sidro artigianale alla sidreria del Vulcain.

Ottocento meli di antiche varietà sono stati piantati a Rue grazie al sostegno di Slow Food e del gruppo AccorHotels.



Agricoltore desideroso di diversificare la sua produzione, Julien Bugnon ha piantato un migliaio di giovani noccioli a Cottens.

Tra quattro anni questi fragili arbusti dovrebbero avere un rendimento pari a due terzi di quello massimo possibile.

dice che il primo anno puoi sperare di fare una torta, quello successivo di averne abbastanza per offrirla anche al tuo vicino, dopo quattro anni l'albero raggiunge, in linea di principio, un rendimento pari a due terzi di quello massimo possibile».

Un patrimonio da riportare in vita

Da parte sua Jacques Perritaz si è lanciato nell'avventura del sidro già all'inizio del nuovo millennio, dedicandosi nel suo tempo libero e andando un po' a tentoni. Nato nella regione e amante del vino ha a lungo lavorato come biologo per la tutela dell'ambiente prima di ritrovare le proprie radici. Ricordava di aver visto centinaia di varietà di meli e di peri d'alto fusto, poco sfruttati o del tutto dimenticati, nel cantone di Friburgo e in Turgovia: ricordo di tradizioni dimenticate. «Oggi il sidro viene prodotto solo a livello industriale da aziende della Svizzera tedesca».

Jacques Perritaz cerca di far rivivere questo patrimonio miracolosamente sopravvissuto: «queste antiche varietà ad alto fusto producono frutti perfetti per il sidro. La BohnApfel, una mela che si

conserva a lungo, possiede l'acidità necessaria, il tannino e gli elementi astringenti ideali per produrre una bevanda eccezionale».

Le sue prime bottiglie sono nate, un po' come certi vini casalinghi, nello scantinato di una vecchia fabbrica di tegole, la futura sidreria del Vulcain.

Tutto comincia sempre da un grande lavoro di raccolta e selezione nel frutteto. Nell'attesa che i giovani arbusti di Rue comincino a dare frutti fa acquisti ai quattro angoli del cantone partecipando al raccolto per assicurarsi della maturità e dell'integrità dei frutti. La produzione degli alberi d'alto fusto, selvatici o lasciati in abbandono, è totalmente imprevedibile, e può avere anni straordinari seguiti da altri totalmente improduttivi. Nessun trattamento, anche se non ha la certificazione bio, a causa della dispersione e della molteplicità dei luoghi di raccolta.

Jacques produce del resto il proprio sidro secondo la filosofia dei vini naturali; nessun lievito chimico, fermentazione lenta, effervescenza naturale senza aggiunta

di anidride carbonica, il tutto intervalato da filtraggi leggeri, aggiunta di un enzima (naturale e bio) per facilitare la chiarificazione e di una dose minima di zolfo (15 mg), indispensabile al momento dell'imbottigliamento, nessun dosaggio e dégorgement à la volée per certe annate di lusso...

L'imbottigliamento avviene tra gennaio e aprile a seconda del tipo di produzione: brut (cidre de fer), semi-secco, dolce (premiers émois), liquoroso (concentrato per congelamento), e infine alcuni mélange in cui si uniscono mela, pera e mela cotogna - in tutto sette tipi all'anno per un totale di circa 40.000 bottiglie.

Una stupefacente ricchezza di aromi

La varietà e la ricchezza di aromi è stupefacente: note di pera, di caramello, di burro salato. Alcuni tipi hanno bisogno di più tempo per esprimersi al meglio, ad esempio il millesimo 2009 di premiers émois, che lascia trasparire note floreali e tropicali e una leggera patina

Questi tipi di sidro si trovano, in Svizzera, solo presso piccole cantine e tavole di grandi ristoranti, come quello dell'Hotel de Ville a Crissier o quello di Didier de Courten, ma i tre quarti della produzione vengono esportati: Giappone, Australia, Danimarca, Svezia, Norvegia... Come il normanno Eric Bordelet, punto di riferimento nel settore, «Jacques Perritaz si è lanciato nella produzione del sidro come altri producono gran cru», osserva Alessandra Roversi.

Risparmi reinvestiti

Quanto al gruppo AccorHotels Svizzera, ha investito più di 100.000 euro tra il 2013 e il 2015 per un progetto forestale nella regione di Davos. «Dopo averlo portato a termine cercavamo un nuovo partner, ecco come è iniziata la collaborazione con Slow Food», spiega Pascal Aeberhard, direttore marketing del gruppo AccorHotels a Zurigo.

Attento a uno sviluppo sostenibile, il



Dopo l'olio di noci, il primo olio di nocciole al 100% svizzero sarà prodotto a Sévery.



I prodotti del Vulcain hanno sedotto la gastronomia.

primo gruppo alberghiero del mondo si impegna dal 2009 in progetti di riforestazione e di agroforestazione. «Il programma Plant for the Planet invita i nostri ospiti a riutilizzare gli asciugamani per non sprecare acqua e detersivo. Da una parte ci permette di migliorare la nostra impronta biologica, dall'altra di reinvestire il 50% delle somme risparmiate piantando alberi nei paesi in cui si trovano i nostri hotel. L'obiettivo è sostenere anche lo sviluppo di progetti locali», dice Pascal Aeberhard.

Queste success stories sono «interessanti sul piano ecologico e permettono di valorizzare prodotti unici sul mercato», osserva Alessandra Roversi. Slow Food è alla ricerca di altri progetti originali, agro-ecologici, in relazione con varietà e tradizioni antiche, e lancia un appello a tutte le persone interessate.

Agenda

27 agosto, convegno biennale dei soci di Slow Food Svizzera a Basilea.

22 - 26 settembre, per la prima volta, Il Salone del Gusto/Terra Madre si terrà nei parchi e negli edifici storici della città di Torino. Non mancate!

www.salonedelgusto.com

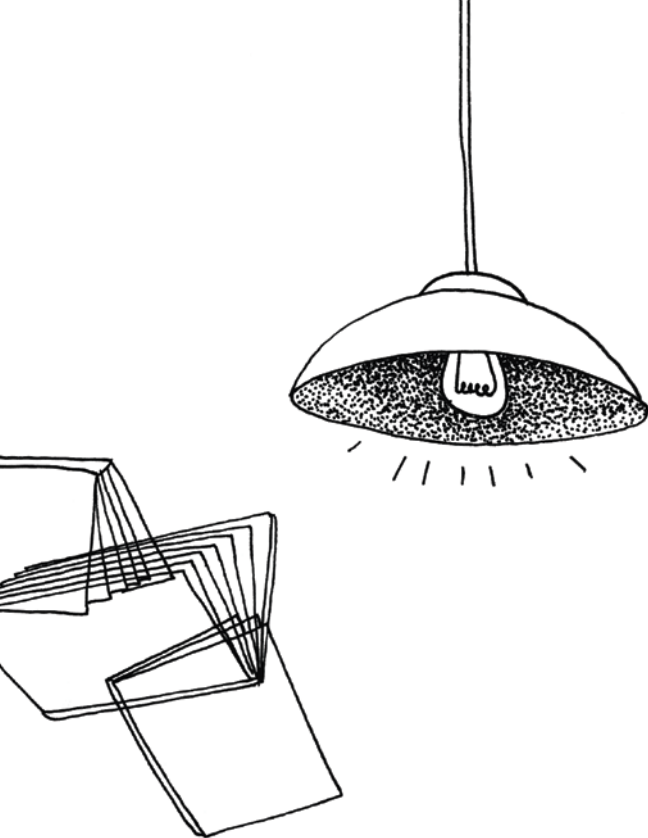
18 - 20 novembre, a Zurigo si svolgerà il mercato di Slow Food, con decine di produttrici e produttori provenienti da tutta la Svizzera e molti Presidi internazionali invitati.

www.slowfoodmarket.ch

Diventare soci

Aiutateci a portare avanti progetti come questi per sostenere un'alimentazione buona, pulita e giusta. Unitevi al gruppo di soci locali per scambiare esperienze e savoir-faire e per partecipare ai numerosi incontri e alle scoperte proposti ogni mese.

www.slowfood.ch



Mammella di vacca, pesce persico e «Génépi»

«DAS KULINARISCHE ERBE DER SCHWEIZ»:
L'OPERA È INFINE COMPLETA!

Nell'autunno del 2012 è uscito il primo volume, nella primavera del 2016 il quinto – adesso «Das kulinarische Erbe der Schweiz», l'opera curata da Paul Imhof, è terminata. Presenta oltre 400 prodotti: da specialità amate in tutta la Svizzera, come il «Cervelat» e il «Gruyère», a tesori regionali come la carne secca di Uri («Urner Dirrs») e il formaggio di capra di Ginevra.

Dell'eredità culinaria fanno parte i «Lebkuchen», preparati da secoli, ma anche vere e proprie icone dell'industria alimentare come «Aromat» e «Nescafé». Le descrizioni di Paul Imhof sono sempre oggettive e pregnanti, ma anche condite con storie e aneddoti. I volumi sono un'ottima guida per chi vuole mettersi in viaggio sulle tracce del gusto.



Das kulinarische Erbe der Schweiz

DESCRIZIONI DI PAUL IMHOF; RICETTE DI
MARIANNE KALTENBACH E «TABLEAUX CULINA-
RES» DI HANS-JÖRG WALTER, MARKUS ROOST E
ROLAND HAUSHEER.

Echtzeit-Verlag, Basel
www.echtzeit.ch

VOLUME 1: Aargau, Luzern, Nid- und Obwalden,
Schwyz, Zug, Zürich.

VOLUME 2: Bern, Jura, Solothurn, Basel-Landschaft,
Basel-Stadt

VOLUME 3: Appenzell Inner- und Ausserrhoden, Sankt
Gallen, Schaffhausen, Thurgau

VOLUME 4: Glarus, Graubünden, Grigioni italiano,
Ticino, Uri

VOLUME 5: Fribourg, Genève, Neuchâtel, Valais, Vaud

I volumi 1-3 costano circa 29 franchi l'uno, il volume 4 e
il volume 5 circa 34 franchi l'uno.

Sul sito www.echtzeit.ch è possibile acquistare l'intera
opera al prezzo di 129 franchi.

Leguminose: il cibo del futuro

Gloria alle fabaceae! L'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (FAO) ha decretato che il 2016 sarà l'anno internazionale delle leguminose.

Ricche di proteine e di altri nutrienti fondamentali per la salute, hanno il vantaggio di essere a buon mercato e per di più ecologiche. La loro coltivazione favorisce infatti il naturale rinnovamento dei suoli. Una vera alternativa alla carne, che capita decisamente... a fagiolo. Oltre ad arricchirlo di azoto, lenticchie e leguminose contribuiscono a liberare il fosforo presente nel terreno permettendo così di ridurre l'uso di concimi.

Alcuni vedono nelle leguminose il cibo del futuro, in grado di limitare l'allevamento inquinante. Molto resistenti, le leguminose si adattano bene ai cambiamenti climatici. Un riscaldamento di uno o due gradi non fa certo loro paura, anche se questo non deve essere una scusa per continuare a inquinare il pianeta.

Coltivate da millenni

Anche se sono le star del 2016, le lenticchie e le altre leguminose non sono certo piante recenti: gli esseri umani le coltivano da circa 10.000 anni. Nate nella mezzaluna fertile del Vicino Oriente, si sono in seguito diffuse nel subcontinente indiano, Africa del Nord, Europa e infine in America.

Molto popolari nelle tradizioni culinarie orientali, vengono servite quotidianamente in India sotto forma di dhal. In Libano entrano nella composizione della mujaddara. Dal Maghreb all'Asia del sud, passando per i Balcani e l'Europa dell'est, le si consuma spesso sotto forma di zuppe alle quali può essere aggiunta o meno un po' di carne. L'hummus, a base di purè di ceci e di pasta di semi di sesamo, si trova spesso sulle tavole arabe o ebraiche.

Le leguminose vengono coltivate anche in Svizzera. Un'azienda leader in questo settore è la fattoria Courtois, nella parte alta di Versoix.

Buono a sapersi

CUCINA SENZA SALE

Piatto principale: 50-60 g di leguminose (peso secco) a persona. Non salare l'acqua di cottura. Evitare anche i condimenti acidi (succo di limone, aceto, pomodoro) che induriscono la membrana esterna e rendono difficile la perfetta cottura della parte interna.

MASSIMIZZARE LE VIRTÙ

Le leguminose sono ricche di ferro. Per favorirne l'assorbimento da parte dell'organismo è bene consumare nello stesso pasto alimenti ricchi di vitamina C ed evitare tè, caffè e bevande gassate.

Per aumentare l'apporto di proteine di un pasto che comprende legumi secchi, associarvi dei cereali (riso, grano o pane).

PER EVITARE LE FLATULENZE

Mettere in ammollo le leguminose nel frigo piuttosto che a temperatura ambiente e gettare poi l'acqua. Evitare di consumare cibi zuccherati durante lo stesso pasto.



Lentilles
rouges
(lentilles
corail)

Lentilles
Béluga

Pois
chiche

11 LEGUMINOSE

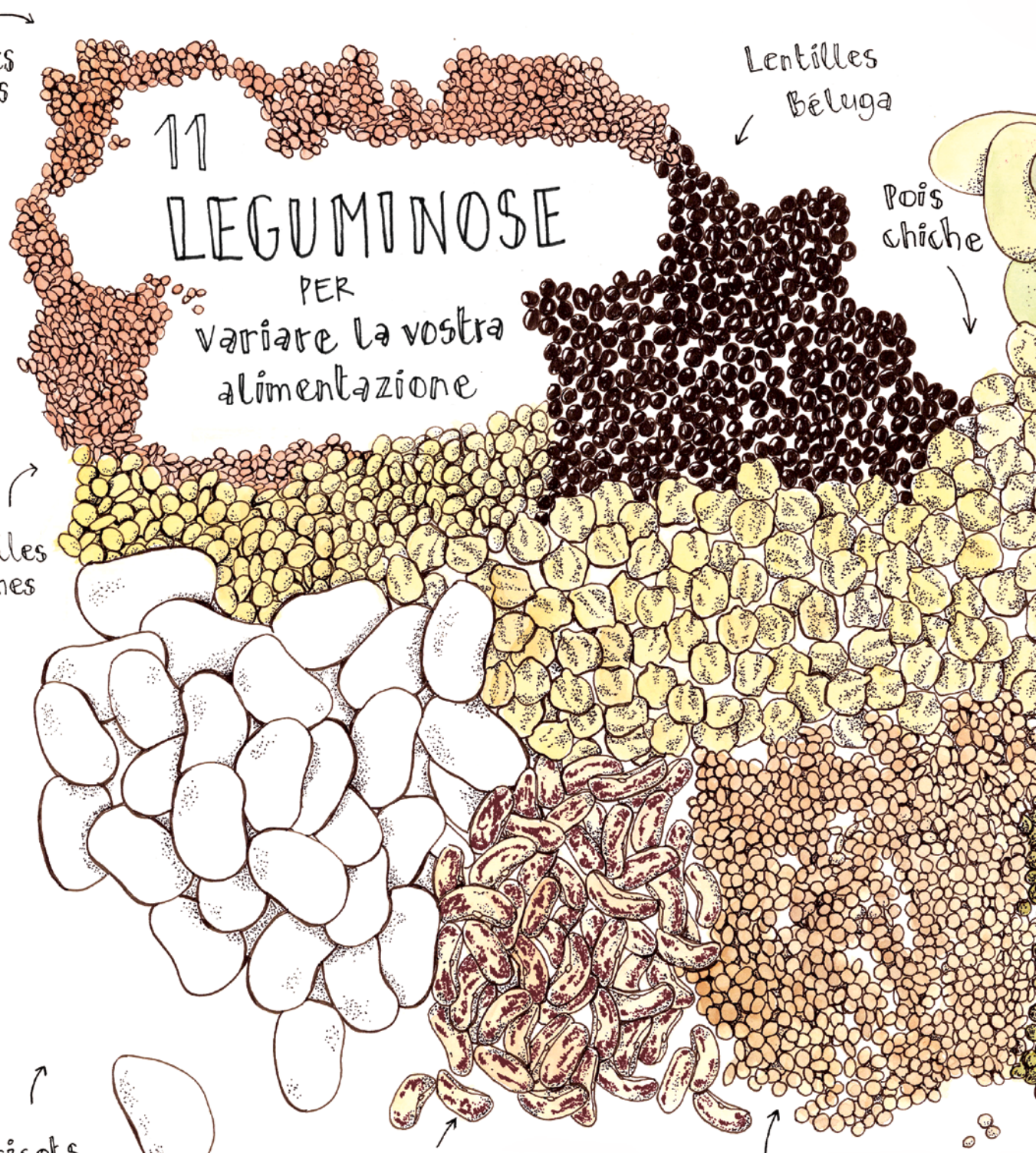
PER
variare la vostra
alimentazione

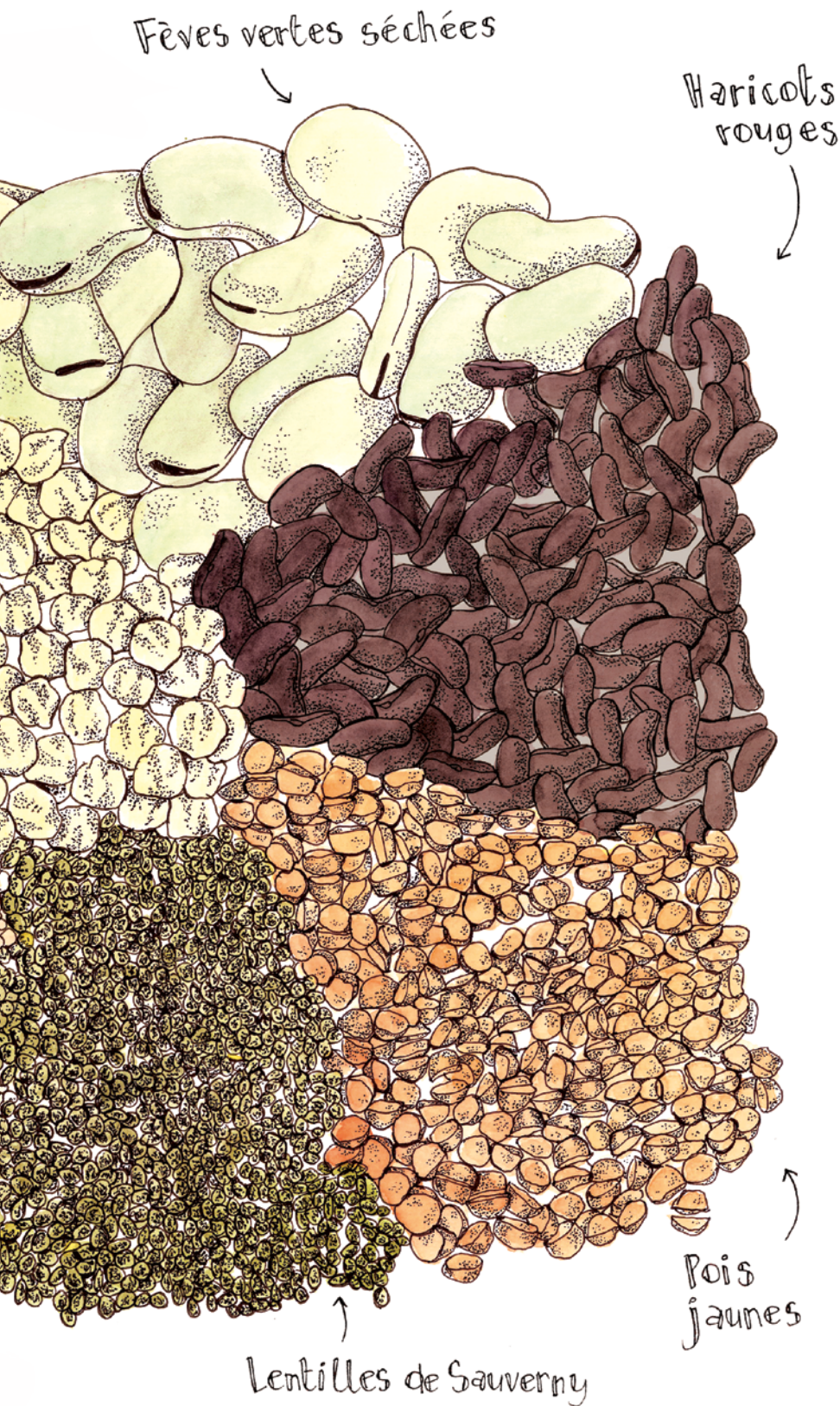
Lentilles
brunes

Haricots
de Soissons

Haricots
borlotti

Lentilles de champagne





Come cucinarle

FAVE

ammollo: 1 notte — cottura: 2 ore
uso: insalata, zuppa, purè

LENTICCHIE DI SAUVERNY

ammollo: non necessario
cottura: 30 minuti
uso: insalata, petit salé (carne di maiale sotto sale) con lenticchie

CECI

ammollo: 1 notte — cottura: 2 ore
uso: hummus, couscous, falafel

LENTICCHIE DI CHAMPAGNE

ammollo: non necessario
cottura: 20 minuti
uso: purè, insalata, zuppa

PISELLI GIALLI

ammollo: 1 notte — cottura: 3 ore
uso: purè, zuppa con pancetta

FAGIOLI ROSSI

ammollo: 1 notte — cottura: 1 ora e 30 minuti
uso: insalata messicana, chili con carne

LENTICCHIE BRUNE

ammollo: non necessario
cottura: 25 minuti — uso: insalata, zuppa

LENTICCHIE ROSSE (CORALLO)

ammollo: non necessario
cottura: 20 minuti
uso: purè, dhal all'indiana, zuppa

FAGIOLI DI SOISSONS

ammollo: 1 notte — cottura: 2 ore
uso: cassoulet, insalata, zuppa

FAGIOLI BORLOTTI

ammollo: 1 notte
cottura: 1 ora e 30 minuti
uso: minestrone, crema fredda

LENTICCHIE BELUGA

ammollo: non necessario
cottura: 25 minuti
uso: insalata, con prosciutto o salmone affumicato

Le marche Migros, al cuore dei gusti svizzeri.



Michael Erismann,
responsabile progetti Frey



Cioccolato Frey Tourist.
Uno dei circa 10'000 articoli
che produciamo per i gusti
della Svizzera. Ciò che ci
sta più a cuore lo facciamo
noi stessi.

**NOI FIRMIAMO.
NOI GARANTIAMO.**



www.noifirmiamo-noigarantiamo.ch

MIGROS
M per Momenti unici.



Si copia quello che vale la pena copiare!

Quanta strada è stata fatta dal 1999, anno della creazione dell'Associazione svizzera dei prodotti AOP-IGP! Sono ventuno oggi le specialità che possono fregiarsi di una denominazione di origine protetta (DOP/Appellation d'origine protégée, AOP) e dodici quelle che vantano un'indicazione geografica protetta (Indication géographique protégée, IGP). Un vero successo per i produttori, il cui lavoro svolto a regola d'arte è così riconosciuto e incoraggiato. Ma anche un progresso per i consumatori, che dispongono in questo modo di garanzie di qualità e di autenticità quando acquistano prodotti troppo spesso copiati.

Purtroppo i consumatori continuano a volte a essere ingannati, lo afferma il rapporto del Consiglio federale del 4 marzo 2016. Le frodi sono ancora diffuse. Una campagna nazionale di verifica dei marchi AOP-IGP e delle denominazioni « Montagna » e « Alpeggio » ha rivelato che nel 38% dei casi il controllo - effettuato su 963 imprese di produzione e 1445 prodotti svizzeri e

stranieri - ha dato luogo a contestazioni! Ci sono ristoratori che vendono carne secca del Vallese IGP proveniente in realtà da altri luoghi. Ci sono commercianti che mettono sul mercato denominazioni protette che non rispettano il previsto elenco degli obblighi. Ci sono gestori di ristoranti che

— Anche se le frodi non mancano, la credibilità del marchio AOP-IGP è sempre più solida.

menzionano sul loro menu il Parmigiano Reggiano AOP ma poi non è questo il formaggio che portano in tavola...

Le conclusioni dell'inchiesta sono preoccupanti e i dati eloquenti. Le contestazioni riguardano in particolare il 42% delle Damassines AOP controllate, il 39% delle carni secche del Vallese IGP, il 48% del Parmigiano

Reggiano AOP, il 33% della Feta AOP. « Il fatto che questo rapporto emani dal Consiglio federale dà un notevole peso alle sue conclusioni e incita ad agire » osserva Alain Farine, direttore dell'Associazione svizzera dei marchi AOP-IGP. Organismi di controllo, tribunali, uffici federali e cantonali sono legittimati a intervenire per ottimizzare le misure di prevenzione e di repressione nei confronti dei responsabili di questo genere di frodi.

Tanto più che a essere interessate dalle circa 70.000 tonnellate di merci protette prodotte ogni anno sono quasi 10.000 aziende agricole, 1400 imprese, 15.000 posti di lavoro - per un fatturato di 1 miliardo e mezzo di franchi!

« Questo bilancio mostra certo che vi sono ancora delle carenze, ma permette anche di reagire. E conferma che a essere copiato è solo ciò che vale » conclude Alain Farine. Rafforza dunque anche la credibilità dei marchi AOP-IGP e la loro importanza per i produttori e i consumatori.



Glarner Kalberwurst IGP, **Salsiccia di vitello** **di Glarona IGP, una tradizione** **dal 1846 – almeno !**

Una salsiccia che contiene pane e latte.
Una delizia dalla storia centenaria
e movimentata che può esibire il marchio
IGP dal 2011.

Nella valle della Linth, uno scrigno racchiuso tra alte cime, l'architettura neoclassica conferisce alla città di Glarona una nobiltà tutta particolare. Ma le venerabili case dagli alti frontoni costruite dopo il grande incendio che distrusse la città nel 1861 sono più recenti della salsiccia di vitello locale (Glarner Kalberwurst) citata per la prima volta nel 1846 ma la cui origine è senza dubbio ben più antica.

La ricetta ufficiale di questa specialità, che contiene anche del pane, ha del resto provocato numerose controversie. Eredità di periodi di fame per gli uni, perché avrebbe permesso di «allungare» la carne, rara all'inizio del XIX secolo. Prodotto di lusso per altri, perché l'aggiunta di pane bianco, uova e latte la rende più delicata al palato e più difficile da conservare.

Comunque sia, la composizione di questa salsiccia di vitello è stata definitivamente fissata nel 1920 da una decisione della Landsgemeinde (il tradizionale voto per alzata di mano della

popolazione riunita sulla piazza della città). Purtroppo però la sua avventura non era ancora terminata. La legislazione sulle derrate alimentari ha vietato infatti l'aggiunta di ingredienti non carnei in prodotti a base di carne mettendo letteralmente fuori legge la Glarner Kalberwurst! Solo nel 1957 è stata infine introdotta una deroga e da allora sette macellai del cantone fabbricano questa prelibatezza, che ha ottenuto il marchio IGP nel 2011.

Tra di loro Daniel Hösli, 34 anni, che rappresenta la settima generazione al comando della macelleria familiare fondata nel 1815. Un'impresa moderna, che ha 20 dipendenti, adeguata alle nuove esigenze. Una volta riservata all'inverno per ragioni di conservazione, oggi il periodo di maggiore vendita della salsiccia glarone è l'estate «perché è la stagione delle grigliate».

Con 14 tonnellate all'anno, la macelleria Hösli è la più importante produttrice del cantone. Le sue salsicce bianche vengono vendute anche nella

regione di Zurigo: «raramente più lontano perché le spese di spedizione diventano troppo alte per un prodotto poco conosciuto altrove e la cui durata di conservazione è limitata».

Per contribuire a mantenere viva la tradizione, alla macelleria Hösli si vendono anche salsicce già cotte a regola d'arte in una salsa bianca alle cipolle: «la gente non cucina più, allora lo facciamo noi». A casa le si può servire con purè di patate e una composta di prugne secche. Il risultato è estremamente gustoso.



L'Etivaz AOP, magia della montagna.

L'Etivaz, che ha ottenuto il marchio AOP nel 2000, è un'ode alle tradizioni del Pays d'Enhaut e un successo commerciale in Svizzera e all'estero.

Già da lontano arriva il suono dei campanacci: è festa a L'Etivaz! In allegro corteo, centinaia di vacche ornate di ghirlande di fiori, avanzano sui sentieri del verdeggiante Pays d'Enhaut per celebrare la discesa dall'alpeggio e la fine dell'estate. Ogni anno in autunno la tradizione rivive. Nella dolcezza di questo paesaggio incantato, fra i richiami dei vaccari, l'abbaiare dei cani e l'allegria dell'orchestra campestre, è racchiusa l'essenza di un formaggio: L'Etivaz AOP.

Dal 10 maggio al 10 ottobre questo formaggio d'alpeggio al latte crudo viene fabbricato nelle malghe delle Alpi vodesi. Settanta produttori trascorrono l'estate tra 1000 e 2000 metri d'altitudine e mantengono vivo questo savoir-faire. Il fuoco di legno crepita. L'odore del fumo si diffonde nell'aria, la grande caldaia di rame (può contenere 1000 litri di latte) cigola e ruota per portare il latte a 57 gradi: è così che si fa, da secoli.

Dal 2000 tutti questi gesti e queste procedure sono state fissate. Da quell'an-

no L'Etivaz è diventato il primo prodotto alimentare, a parte i vini, a beneficiare di una denominazione di origine protetta. È dunque necessariamente sull'alpeggio che la fabbricazione ricomincia ogni anno. Dal latte si ottengono una panna e un burro di montagna dal profumo di erbe e di fiori. Cagliato con l'aggiunta di enzimi naturali, poi mescolato e tagliato, da questo latte nasce anche il famoso formaggio.

Tutto è fatto a mano. Con l'aiuto di una tela, il casaro raccoglie la massa solida per pressarla all'interno di una forma. Su ogni forma viene apposto il marchio in caseina con il logo «L'Etivaz AOP». In seguito ognuna di queste forme viene numerata prima di essere trasportata nella cantina di affinamento della cooperativa nel villaggio di L'Etivaz.

Qui si cambia del tutto scenario. La cantina è il non plus ultra della modernità anche se il rituale rimane invariato: dopo il bagno di sale le forme vengono sfregate, sempre con il sale, e

girate a mano tutti i giorni finché non si è formata la crosta. In seguito è un sistema automatizzato a girarle ancora e a prendersene cura per 135 giorni. Vederlo all'opera è davvero affascinante! Ogni anno vengono manipolate in questo modo circa 420 tonnellate di L'Etivaz AOP (quasi 18.000 forme) che poi sono distribuite in Svizzera e nel mondo. Principalmente in Europa, ma anche a Hong Kong o in Australia.

Prima di essere commercializzati, i formaggi vengono pesati, assaggiati e controllati da professionisti. La denominazione «L'Etivaz AOP» e l'anno di produzione vengono marchiati a fuoco sulla crosta per garantire l'autenticità delle forme. Una bella avventura che ricomincia ogni primavera nella magia unica del Pays d'Enhaut.



300 prodotti a km zero

genuini e ticinesi.

I Nostrani del Ticino sono la riscoperta dei sapori locali e provengono esclusivamente da aziende ticinesi che ne garantiscono la qualità, la freschezza e la genuinità. Oltre 300 tipicità della nostra regione che rappresentano il nostro impegno concreto nel sostenere agricoltori, allevatori e produttori alimentari ticinesi.



Raclette du Valais AOP, **tradizione e voluttà.**

La raclette su fuoco di legna è incomparabile. Anche in porzioni individuali, resta deliziosa. Le Raclette du Valais AOP rende ogni momento una festa ludica e conviviale.

La raclette è un concentrato dei grandiosi paesaggi del Vallese. Viene prodotta con il latte di mucche che si nutrono delle erbe, dei fiori e del fieno dei pascoli scoscesi sulle montagne del cantone. Ogni giorno il latte viene portato al caseificio per essere trasformato. Visita al caseificio di Etiez, a Vollèges. Una cooperativa moderna che tratta circa 1.600.000 chili di latte all'anno, sette giorni su sette per 12 mesi.

Tradizionalmente le vacche producono latte da novembre a luglio. L'autunno serve al riposo. Ma oggi alcuni agricoltori hanno spostato la lattazione delle loro bestie. «Questo ci permette di produrre il formaggio tutto l'anno, in particolare in vista delle feste invernali» spiega Alain Pellissier, 31 anni, specializzato nelle tecnologie dell'industria lattiera (e guida alpina durante le ferie). È lui a dirigere il caseificio di Etiez dal 2009. Una cooperativa di sedici produttori di latte e un caseificio modello che produce diversi formaggi a pasta semi-dura della Val de Bagnes ma soprattutto la Raclette du Valais AOP.

«Andiamo a prendere il latte ogni giorno direttamente dai produttori» dice Alain Pellissier. Ed ecco infatti il camioncino: attraverso un tubo il latte viene versato nel grande bacino di rame da 4000 litri del caseificio.

Lì viene scaldato a bagnomaria fino a una temperatura di 32 gradi, poi, come vuole la tradizione, cagliato, tagliato, mescolato. Le nuove e moderne installazioni fanno sì che non sia più attraverso drappi di tela che si separa la cagliata dal latticello, la massa viene versata in forme che presentano piccoli fori da cui il latticello fuoriesce. In seguito le forme vengono pressate meccanicamente prima di essere immerse per ventiquattro ore in un bagno di sale. Per attestare la provenienza e la data di fabbricazione sono infine marchiate.

La fase di affinamento in cantina dura da tre a cinque mesi per il formaggio consumato sotto forma di raclette, ma può protrarsi fino a ventiquattro mesi. «In questo caso però lo si mangia raschiato» precisa Alain Pellissier. Nel

frattempo quasi 4000 forme saranno state girate quotidianamente a mano! E lavate con acqua salata affinché si formi la fine crosta che protegge il formaggio. Prima di essere commercializzate queste forme di quasi cinque chili devono essere analizzate, degustate, classificate in varie categorie in modo che sul fuoco o nei piccoli forni per raclette si sprigioni tutta la loro magia.



Concorso

PARTECIPATE E POTRETE
vincere una selezione di
deliziose e squisite specialità
AOP-IGP o, dal 2° al 5° premio,
una coppia di queste specialità.

Il termine ultimo è fissato al 31 Ottobre 2016.

**RITAGLIATE QUESTO BUONO E INVIATE-
LO, DEBITAMENTE COMPILATO A:**

Associazione Svizzera degli
AOP-IGP, Concorso Settimana
del gusto, Belpstrasse 26,
3007 Berna.



Quale è la differenza tra i segni distintivi di Qualità?



- Un prodotto AOP viene interamente elaborato nella propria regione di origine. Almeno un passaggio della filiera produttiva di un prodotto IGP deve svolgersi nella regione di origine.
- Un prodotto AOP viene elaborato nella propria regione di origine con materie prime provenienti da altre regioni svizzere. Un prodotto IGP può essere elaborato anche con materie prime provenienti dall'estero.
- Un prodotto AOP reca il nome della propria regione di origine, ma può essere elaborato in altre regioni svizzere. Un prodotto IGP può essere elaborato in un Paese limitrofo sulla base della ricetta tradizionale Svizzera.

2. Qual è la caratteristica del Glarner Kalberwurst IGP (salsiccia di manzo glaronese)?

- Si produce in tutta la Svizzera Centrale
- Contiene pane bianco
- Si può mangiare e gustare solo in occasione della Landsgemeinde a Glarus

3. In quale periodo dell'anno viene prodotto il formaggio alpino AOP Etivaz?

- Tutto l'anno
- Da Settembre a Marzo
- Da Maggio a Ottobre

Desidero abbonarmi gratuitamente alla rivista AOP-IGP « Tradizione & Territorio » Allemand Français

Nome:

Cognome:

Indirizzo:

Codice postale, Città:

I prodotti AOP e IGP in Svizzera

AOP (Appellation d'origine protégée)		IGP (Indication géographique protégée)	
data di pubblicazione		data di pubblicazione	
1. L'Étivaz AOP	02.03.00	13. Munder Safran AOP ²	02.07.04
2. Rheintaler Ribelmais AOP	14.08.00	14. Vacherin Fribourgeois AOP	28.02.06
3. Tête de Moine AOP	08.05.01	15. Emmentaler AOP ²	06.10.06
4. Gruyère AOP	12.07.01	16. Poire à Botzi AOP	05.10.07
5. Eau-de-vie de poire du Valais AOP	21.12.01	17. Raclette du Valais AOP	
6. Sbrinz AOP	24.04.02	Walliser Raclette AOP	26.02.08
7. Formaggio d'alpe ticinese AOP ²	14.02.02	18. Werdenberger Sauerkäse AOP	
8. Abricotine AOP	06.01.03	Liechtensteiner Sauerkäse AOP	
9. Vacherin Mont-d'Or AOP	16.05.03	Bloderkäse AOP	18.02.10
10. Cardon épineux genevois AOP	10.10.03	19. Damassine AOP	09.03.10
11. Pain de seigle valaisan AOP	27.02.04	20. Zuger Kirsch AOP	
12. Berner Alpkäse AOP, Berner Hobelkäse AOP	02.04.04	Rigi Kirsch AOP	02.09.13
		21. Glarner Alpkäse AOP	30.01.14
		22. Bündnerfleisch IGP ^{1,2}	
		Viande des Grisons IGP ^{1,2}	29.09.00
		23. Saucisse d'Ajoie IGP	07.11.02
		24. Viande séchée du Valais IGP	
		Walliser Trockenfleisch 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
		31. Zuger Kirschtorte IGP ²	24.03.15
		32. Lard sec du Valais IGP	
		Walliser Trockenspeck IGP	02.10.15
		33. Jambon Cru du Valais IGP	
		Walliser Rohschinken IGP	02.10.15



¹ Non essendo prodotta obbligatoriamente con della carne svizzera, la carne dei Grigioni IGP non può utilizzare il logo con la croce svizzera.

² Questo prodotto non rientra tra quelli dell'Associazione svizzera AOP-IGP e pertanto non può fare uso del suo logo.

Ristorazione collettiva pubblica

Il Vaud punta tutto sulla prossimità

Pasti a base di prodotti locali e di stagione. Ecco quello che vuole il governo cantonale, che per ottenerlo ha elaborato una strategia in cinque punti.

È sancito dal programma di legislatura 2012-2017. Il governo vodese si è impegnato a ridurre le emissioni di CO₂ attraverso la convergenza di diverse politiche pubbliche per limitare i cambiamenti climatici.

Promessa mantenuta! Se l'ambizione inizialmente può sembrare teorica, acquista tutto il suo senso quando si guarda in concreto nei piatti consumati ogni giorno e si mettono insieme alcune cifre. Come indica il rapporto di novembre 2014 del Consiglio di Stato al Gran Consiglio sul tema della ristorazione a base di prodotti locali e di stagione, «in Svizzera l'alimentazione costituisce il 30% dell'impronta ecologica e il 17% delle emissioni di gas a effetto serra». Ebbene, queste emissioni possono essere ridotte notevolmente attraverso un'alimentazione locale e di stagione che consuma molta meno energia.

Il cantone di Vaud poteva già far leva sulla legge sull'agricoltura il cui articolo 23 prevede che il Consiglio di Stato, per dare l'esempio, favorisca il consumo di prodotti agricoli della regione nelle manifestazioni organizzate dai propri servizi o che hanno ottenuto delle sovvenzioni e negli enti gestiti dall'amministrazione cantonale.

Oggi fa un passo oltre e introduce l'auspicio che la ristorazione collettiva gestita direttamente o data in appalto si rifornisca di prodotti di prossimità. «Siamo consapevoli che il nostro modo di mangiare ha un impatto reale sull'ambiente e che con una serie di strumenti ben coordinati tra loro possiamo contribuire a ridurre questo impatto», dice Nuria Gorrite, consigliera di Stato, responsabile del Dipartimento delle infrastrutture e delle risorse umane (DIRH).

Nel cantone di Vaud, ogni anno le mense collettive (in ambito periscolastico, nell'insegnamento primario e secondario, nelle SUP, nelle università, presso il politecnico, gli EMS, gli ospedali, le cliniche e le prigioni) servono 18 milioni di pasti. Dando la precedenza a prodotti di prossimità e a modi di produzione sostenibili il costo ambientale può essere notevolmente ridotto. Per raggiungere questo obiettivo il governo cantonale ha elaborato una strategia basata su cinque punti e affidata per l'attuazione all'Unità di sviluppo sostenibile. Il primo passo è stata una valutazione della situazione all'interno delle varie istituzioni coinvolte.

I cinque punti

Analisi degli acquisti

Viene effettuata utilizzando il Beelong, uno strumento di valutazione dell'impatto ambientale degli acquisti di generi alimentari e bevande che permette di analizzare le scelte dei ristoranti e di agire per migliorare il bilancio ecologico dei nostri piatti. Implica cambiamenti nella composizione quotidiana dei menu o nella scelta dei prodotti. L'indicatore è stato messo a punto dalla Scuola alberghiera di Losanna sotto la direzione di Charlotte de La Baume.

Formazione

I cuochi delle mense pubbliche vodesi seguono un corso di formazione teorico e pratico gratuito di due mattine che punta a migliorare la sostenibilità degli acquisti alimentari e durante il quale vengono affrontati i temi della prossimità, della stagionalità, del modo di produzione, del prezzo o della mancanza di trasparenza del mercato alimentare. Lo scopo è aiutare i professionisti della ristorazione nella pianificazione dei menu e spingerli a discutere con i fornitori sulla tracciabilità e la provenienza dei prodotti e sulla localizzazione dei produttori.



Per Nouria Gorrite, consigliera di Stato, il nostro modo di mangiare ha un grande impatto sull'ambiente.

Incontro tra domanda e offerta

Allo scopo di migliorare la visibilità dei prodotti locali per i professionisti della ristorazione, il cantone cerca di ottimizzare l'articolazione tra domanda e offerta. Uno degli strumenti che si intende introdurre è il marchio «Vaud» che dovrà garantire la tracciabilità.

L'articolo 26 della legge sull'agricoltura vodese prevede che lo Stato possa essere titolare di un marchio che garantisca la provenienza vodese e la qualità dei prodotti agricoli con il supporto di Prométerre. La sua creazione è in corso. Vari gruppi di lavoro sono all'opera all'interno del servizio responsabile dell'agricoltura e della viticoltura e dovranno esporre i risultati raggiunti nel 2017.

Appalti standardizzati

Nel caso delle mense la cui gestione è delegata a un'impresa esterna, il cantone, basandosi sulle linee guida romande per gli acquisti pubblici, ha elaborato un modello di appalto che include il criterio dello sviluppo sostenibile. L'integrazione di determinati aspetti (provenienza, stagionalità, tracciabilità) consente alle imprese offerenti di ottenere punti supplementari. Il can-

tone assicura anche un monitoraggio tramite il controllo della qualità delle prestazioni fornite per tutta la durata del contratto.

Sensibilizzazione

Tutta una serie di azioni sono attualmente allo studio, tra cui seminari con i grossisti e rappresentanti della ristorazione collettiva privata, visite ai produttori e il rafforzamento della promozione mediante uno «sportello» centrale responsabile di tutti gli strumenti elaborati dall'Unità di sviluppo sostenibile del cantone di Vaud. Lo scopo è fare in modo che tutti gli attori (produttori, grossisti e fornitori di servizi) si conoscano meglio. Intanto prosegue, attraverso scambi di esperienze sugli acquisti alimentari responsabili, l'azione avviata nel 2015 da Coord21, un'associazione di enti e istituzioni di diritto pubblico della Svizzera romanda e del Ticino impegnati nello sviluppo sostenibile.

«Una benefica presa di coscienza»

Yanick Jordan, cuoco alla Fondation Plein Soleil di Vennes, afferma che l'esperienza Beelong è stata più che benefica. «Lavoravo allo Chalet Sylvana a Morges quando ho cominciato a utilizzare questo strumento che mi ha permesso di prendere coscienza delle mie buone e cattive prassi». Per lui, anche se non sempre è facile privilegiare certi marchi a causa del budget da rispettare, basta qualche piccolo cambiamento per migliorare il bilancio energetico di un pasto attraverso l'utilizzo di prodotti di stagione o di prossimità. Oggi si sforza di conservare questa abitudine e ha bandito i gamberetti d'allevamento privi di certificazione del Vietnam dai suoi menu.

Le delizie della Romandia

Da oltre dieci anni i prodotti del territorio dei sei cantoni romandi e del Giura bernese vengono valorizzati da marchi regionali raccolti nella federazione «Pays romand - Pays gourmand» il cui scopo è coordinare le campagne promozionali dei suoi soci e aumentare la loro visibilità sui mercati della Svizzera romanda e nel resto del paese. Ci sono latticini, come la doppia panna di Friburgo, formaggi - dall'AOP

vallesano al caprino del Pays d'Enhaut -, ma anche specialità a base di carne come la salsiccia di Neuchâtel IGP, la salsiccia secca di cavallo del Giura o il «breusi» (carne secca di manzo) del Giura bernese. I pesci, il pane, i dolci, le bevande, la frutta e le verdure hanno anche loro un posto importante in questo elenco. Si pensi per esempio al cardo spinoso di Ginevra a marchio AOP. E dietro tutti questi prodotti si nascondono artigiani in cui si unisco-

no savoir-faire e passione e che vogliono lasciare un segno nel patrimonio culinario della loro regione.

PARTITE ALLA SCOPERTA
di sette specialità della Romandia e ritrovatele su
www.paysgourmand.ch



Il prosciutto cotto con l'osso affumicato all'antica

Produits du terroir du Jura bernois. La carne resti tenera e gustosa!

PRODUTTORE
Stéphane Oester
a Grandval



FOTO
Marc-André Marmillod

Il prosciutto cotto con l'osso è la specialità del macellaio Stéphane Oester. Ogni anno, 150 pezzi di carne vengono affumicati nella Maison du Banneret Wisard a Grandval, la cui costruzione risale al 1535. Ma prima di entrare nell'antico affumicatoio, i prosciutti vengono preparati con grande cura dal produttore. I maiali vengono allevati e ingrassati con il foraggio dell'azienda familiare. «In seguito prepariamo la parte, la saliamo con un mix di sale, pepe, aglio, noce moscata, chiodi di ga-

rofano, alloro, cumino e un po' d'acqua. La strofiniamo con questo mélange di spezie per una decina di giorni», spiega il macellaio. Solo allora i prosciutti vengono sospesi sotto la volta dell'affumicatoio dove restano per quasi due mesi prima di essere cotti a una temperatura di 68 gradi esatti. «Una tappa cruciale per far sì che la carne resti tenera e gustosa!» I prosciutti si possono trovare alla macelleria Oester a Grandval, ma anche sui mercati regionali e nei piccoli negozi della zona.



La salsiccia d'Ajoie IGP

Spécialité du Canton du Jura. Chiamata un tempo « salsiccia casalinga »

PRODUTTORI
Mélanie e Philippe Domon,
Alle



FOTO
Fondation Rurale Interjurassienne (FRI), Domaine
Filière alimentaire & espace rural.

Nell'Ajoie non si aspetta certo la festa di San Martino, che celebra il maiale in tutte le sue forme, per gustare una buona salsiccia affumicata al cumino. Chiamata un tempo « salsiccia casalinga », questa specialità del Giura viene consumata cotta durante tutto l'anno. « La preparazione della carne di maiale (a volte con l'aggiunta di un po' di carne

di manzo) con cumino intero della regione, pepe bianco appena macinato e aglio, cui si aggiunge l'affumicatura con legno resinoso, rende questa salsiccia una leccornia senza eguali », afferma Philippe Domon, produttore ad Alle. Ogni anno nella regione di Porrentruy vengono prodotti dai 50 ai 60.000 chili

di salsicce. Da poco tempo ne esiste una variante chiamata « Croquante d'Ajoie » per la quale si utilizza un budello di pecora dal calibro più stretto di quello di maiale: è più facile da grigliare e diventa più croccante.

I frollini alla raisinée di pera

**Terre Vaudoise.
« La raisinée è mosto di pera al 100% ».**

PRODUTTORE
Biscuits la Fleur di Eliane
Lambercy-Perez
Premier
078 804 87 72 - 024 453 2357



FOTO
Corinne Sporrer



Da cinque anni Eliane Lambercy-Perez inventa ricette e prepara i propri biscotti. A Premier la sua piccola azienda, « Biscuits la Fleur », propone otto tipi di frollini e biscotti croccanti insieme a prodotti privi di glutine e granola. Dopo aver lavorato dodici anni in una panetteria del Venezuela Eliane ha importato in Svizzera il suo savoir-faire e il suo desiderio di lavorare con materie prime locali. « Mi rifornisco dai produttori dietro l'angolo e quello che non trovo in Svizzera lo scelgo bio ». Per i frollini alla raisinée di pera, una delle

sue specialità, si procura il « vin cotto » da suo fratello Vincent. « La raisinée è mosto di pera al 100% e permette di dolcificare i biscotti dando loro, da cotti, un leggero sapore caramellato ». Croccanti in bocca si trovano, come altre squisitezze di questo tipo, nei piccoli negozi dei villaggi e in quelli degli artigiani vodesi.



L'assenzio

Neuchâtel Vins et Terroir. Il mito della fata verde.

La storia dei rapporti tra l'assenzio e la Val de Travers è tumultuosa. Inventata nel XVIII secolo, questa bevanda alcolica al gusto di anice ha segnato con la sua reputazione tutta la regione. Il suo divieto in Svizzera a partire dagli anni Dieci del Novecento, la clandestinità della produzione, poi la legalizzazione nel 2005 hanno sicuramente contribuito alla sua notorietà e alla creazione del mito della « Fée verte », la fata verde. « Ancora oggi in questa bevanda mitica si sente il gusto del proibito », osserva Yann Klauser, direttore della Maison de l'Absinthe. A base dell'autentica bevanda, ci sono tre piante - il grande assenzio, l'anice verde e il

finocchio - a cui si aggiungono le erbe medicinali raccolte nella Val de Travers, come la melissa, la menta pepata o l'isopo. Ogni produttore può così creare la propria ricetta rendendo unico l'assenzio. « Che la si beva come aperitivo o come digestivo, alla degustazione la nostra fata verde ha la stessa complessità di un vino », dichiara lo specialista.

PRODUTTORE
Da visitare:
La Maison de l'absinthe,
Môtiers

FOTO
Corinne Sporrer



L'acquavite di pere Williams del Vallese AQP

Il marchio depositato nel
1953 è il prodotto principale
dell'impresa familiare.

PRODUTTORE
Distillerie Louis Morand & Cie,
Martigny



FOTO
DR.



Negli anni Quaranta, André Morand, figlio di Louis, il fondatore della distilleria omonima, cominciò a utilizzare le pere Williams per produrre acquavite. Un colpo di genio! A cinquant'anni e più di distanza la Williamine® Morand, marchio depositato nel 1953, è il prodotto principale dell'impresa familiare. Grazie agli aromi unici e alla polpa succosa della regina del frutteto vallesano, la Williamine® conquista una generazione dopo l'altra e si impone a livello internazionale. Da alcuni anni inoltre l'acquavite di pere Williams si è adattata alle nuove abitudini di consumo. « Proponiamo varie ricette di cocktail, long drink o shot perché la Williamine® si apprezza anche come aperitivo oltre che come digestivo o durante la serata », dice Fabrice Haenni, direttore della distilleria Morand. La gamma Douce de® offre del resto un'alternativa più leggera dal punto di vista della gradazione alcolica e leggermente zuccherata.

Il Vacherin d'alpeggio AOP

**Produits du Terroir
du Pays de Fribourg.
A lungo rimasto
nell'ombra del
Gruyère.**

PRODUTTORE
Jacques Ruffieux, alpeggio
di Tissiniva, Charmey
079 212 70 23



FOTO
DR

A lungo rimasto nell'ombra del Gruyère, il Vacherin Fribourgeois AOP ha oggi acquistato la notorietà che merita. Si declina in sei varietà a seconda delle modalità e del luogo di produzione. «Quello d'alpeggio ha la caratteristica di essere fatto con latte crudo, che gli conferisce aromi ancora più intensi, mentre in pianura il latte utilizzato per i formaggi viene termizzato», spiega René Kolly, presidente della Cooperativa friburghese dei produttori di formaggi d'alpeggio. Sui monti inoltre la produzione è stagionale, e il latte viene preriscaldato su un fuoco di legna secondo i procedimenti ancestrali dei maestri casari friburghesi. «Il primo formaggio dell'anno si assapora a metà luglio e allora vi si scoprono tutti gli aromi più delicati del pascolo», racconta Jacques Ruffieux, che produce ogni estate 1200 kg di Vacherin a Tissiniva. Anche se è molto amato come materia prima per la fonduta, il carattere deciso del Vacherin d'alpeggio gli garantisce un posto di primo piano tra i conoscitori.



Le uova della fattoria

**Genève Région –
Terre Avenir.
13.000 galline
depongono le loro uova.**

PRODUTTORE
Sandra e Florian Baudet,
fattoria La Pièce, Céligny



FOTO
Corinne Sporrer



Tutte le mattine alla fattoria La Pièce a Céligny, circa 13.000 galline depongono le loro uova. Subito dopo le uova vengono pulite da Sandra e Florian Baudet, i principali produttori del cantone di Ginevra, che ne stabiliscono il calibro. Da loro questi gallinacci sono liberi di razzolare all'aperto su una superficie di 30.000 metri quadrati e sono allevati con molta cura. La loro alimentazione, un misto di cereali e sali minerali, è prodotta dall'azienda agricola che si trova a poche centinaia

di metri di distanza. «È fondamentale perché quello che mangiano influisce direttamente sulla solidità del guscio, la qualità del tuorlo e anche la grandezza dell'uovo», dice Florian. Una volta marcate e imballate, le uova partono per essere vendute direttamente a commercianti e ristoratori locali, ma si trovano anche sugli scaffali dei supermercati del cantone.

PIATTO PRINCIPALE

4 PERS.



15 MIN.



25 MIN.



Hummus di lenticchie al curry

100 g di lenticchie corallo
1 cipolla tagliata a cubetti
1 spicchio d'aglio tritato
1 cucchiaino di curry
4 cucchiaini di pasta di sesamo (tahina, reparto cibi esotici)
½ succo di limone
½ dl di olio d'oliva
Sale, pepe

Lavare bene le lenticchie corallo.

Scaldare un po' d'olio in una padella e farvi rosolare la cipolla con il curry.

Aggiungere le lenticchie e coprire d'acqua. Cuocere per venti minuti.

Passare nel mixer aggiungendo la pasta di sesamo, il succo di limone e l'olio. Condire in base ai propri gusti.

Lasciar raffreddare. Servire con pane libanese.

Una ricetta di Manuella Magnin

Foto: Corinne Sporrer

Idee l[eg]uminose

**Caffè, cioccolato, man-
ghi secchi: questi sono i
prodotti che ci si aspet-
ta di trovare in uno dei
40 Magasins du Monde
della Svizzera romanda.
Eppure...**

Pionieri e specialisti del commercio equo-solidale, i Magasins du Monde (come le Botteghe del Mondo in Ticino) distribuiscono una gamma di generi alimentari provenienti essenzialmente dal sud del mondo, ovvero da paesi in cui i produttori non sono certo tenuti in grande considerazione, né sono ben remunerati o protetti. Anche qui al nord però sappiamo cosa sono le crisi economiche, il dominio delle multinazionali in campo agricolo e la speculazione sulle materie prime, che rendono sempre più precaria l'esistenza di agricoltrici e agricoltori per i quali è molto difficile vivere dignitosamente del proprio lavoro.

Ecco perché i Magasins du Monde distribuiscono anche diverse leguminose del marchio Terra Verde prodotte in Italia in modo equo: lenticchie nere (beluga), gialle e corallo, deliziosi fagioli neri e originali ceci dello stesso colore. I ceci gialli provengono invece dalla cooperativa umbra Girolomoni. Alcuni



Per noi, mangiare significa molto più che preparare e servire degli alimenti. Significa anche amicizia, fraternità, bellezza, spiritualità, comunità
Gino Girolomoni, produttore.

negozi propongono inoltre fagioli neri e soia del Brasile importati da Gebana (e con i semi di soia è possibile preparare a casa propria il tofu). L'intera filiera di queste leguminose è controllata e i produttori lavorano secondo i dettami dell'agricoltura biologica.

Varcare la soglia di un Magasin du Monde significa privilegiare un com-

mercio al dettaglio specializzato, incoraggiare relazioni commerciali più giuste, assicurare un reddito soddisfacente alle persone che producono i nostri alimenti e sostenere un'agricoltura rispettosa dell'ambiente. Se a tutto ciò si aggiunge che le leguminose permettono di diversificare la nostra alimentazione fornendoci proteine di eccellente qualità, che cosa si può volere di più!

Regione che vai, sapore che trovi.



Formaggio Val Blenio, Stabio
Sono oltre 250 le erbe e le piante che crescono sui pascoli ticinesi. Per questo il sapore di ogni formaggio dipende dai gusti della mucca.



Gantrisch Bergkäse, Oberbütschel
La ricetta di questo formaggio d'alpe compirà presto 200 anni. Certo che se li porta bene.



Le Maréchal, Granges-Marnand
Un formaggio di alta qualità che deve il nome al bisnonno del suo creatore, maniscalco di professione. A produrlo però sono le mani esperte dei maestri casari.



Tomme artisanale de la Venoge, Dizy
Grazie alla sua tomme, Michel Bory è un casaro noto in tutto il mondo. O almeno nel mondo dei formaggi della Venoge.



Formaggio d'alpe glaronese, Glarona
Solo gli alpigiani più esperti possono produrre questo formaggio. Gustarlo, però, è un diritto di tutti.



Aargauer Traum, Künten
Gli argoviesi sono i benvenuti a ogni festa. Proprio come il loro formaggio.



Formaggella di capra, Airolo
Il suo gusto è tutto merito dei quadrupedi della Valle Morobbia, ingegnosi arrampicatori. Non provate a chiamarle „capre!“.



Goldwäscherkäse dell'Entlebuch
Un tempo fonte d'energia per i cercatori d'oro durante i mesi invernali, oggi un'opera d'arte casearia che delizia tutto l'anno.



PER LE MIGLIORI SPECIALITÀ REGIONALI.

coop

Per me e per te.

E se mettessimo in conserva l'estate

Privilegiare verdura e frutta di stagione è una buona cosa, conservarle per poterne approfittare durante tutto l'anno significa garantirsi dodici mesi di piacere sempre rinnovato. Ma qual è il modo più ecologico per farlo? Confronto tra tre diversi metodi.

Dalla notte dei tempi gli esseri umani hanno cercato di conservare il cibo raccolto durante la bella stagione e il bottino della caccia o della pesca. A lungo, freddo e disidratazione sono stati i metodi preferiti a questo scopo. Durante la dinastia Zhou (ca. 1100 a.C.), i cinesi erano già in grado di congelare gli alimenti con il ghiaccio dei fiumi e degli stagni raccolto in inverno e immagazzinato in «case di ghiaccio» che servivano da «frigoriferi» naturali durante la stagione calda. Se è stato necessario attendere il XIX secolo per veder apparire la prima sorbettiera a manovella, già nell'antichità, in Medio Oriente, nel territorio degli attuali Iran e Turchia, erano molto diffusi gli «charbâts», sciropi raffreddati con la neve. I romani utilizzavano a loro volta ghiaccio e neve, trasportati a dorso d'asino dalle Alpi, per tenere al fresco le loro provviste.

Un altro metodo utilizzato da secoli è quello dell'essiccazione. Gli egiziani avevano l'abitudine di appendere pezzi di carne di vari animali e uccelli a una corda per farli seccare al sole. Anche il pesce viene da tempo immemorabile conser-

vato in questo modo, salato ed essiccato, mentre in epoche più recenti le popolazioni alpine hanno cominciato a preparare la carne secca, precedentemente salata e speziata, per costituire delle riserve. All'inizio del XIX secolo l'invenzione dell'appertizzazione da parte del francese Nicolas Appert ha aperto la strada alla sterilizzazione delle derrate alimentari e, come corollario, alla possibilità di fornire alle truppe napoleoniche cibo non eccessivamente trasformato che poteva essere conservato a lungo.

I progressi tecnologici hanno radicalmente modificato le nostre abitudini alimentari facendo entrare nelle case frigoriferi e congelatori a partire dalla seconda metà del XX secolo, ma le tradizioni ancestrali non sono affatto scomparse. Nonostante l'offerta pletorica dell'industria alimentare, che riversa su di noi i prodotti più vari, le competenze antiche hanno conservato un loro posto. Alcuni approfittano della bella stagione e della produzione locale di orti e frutteti per mettere da parte il cibo per l'inverno. Altri sfruttano il proprio talento in cucina per dare alle loro conserve un tocco personale.

Se sentite il richiamo dell'orto e avete voglia di godere tutto l'anno dei suoi frutti, allora è fondamentale una piccola lezione di conservazione. Abbiamo testato per voi tre metodi diversi, con i loro vantaggi e svantaggi. Sébastien Humbert, direttore scientifico di Quantis, uno studio di consulenza in questioni ambientali, li ha analizzati attentamente e ha stilato un bilancio di CO₂ per ognuno di essi, applicato a 1 kg di peperoni di stagione. Quando ci si mette ai fornelli è bene non dimenticare il pianeta!

Fonti: Goûts et saveurs à composer soi-même, guide de l'auto-approvisionnement, p. 380, Agridea 2015.

Prezzo: 79 fr, da ordinare al numero 021 619 44 00 o sul sito www.agridea.ch, contact@agridea.ch.

Disponibile anche in tedesco.

Tre metodi al vaglio

La sterilizzazione e il congelamento consumano molta meno energia della disidratazione. Anche se da questo punto di vista la cosa migliore è sempre comprare verdura e frutta di stagione e consumarle subito... Il sacchetto di plastica destinato al trasporto genera 0,1kg di CO₂.



Peperoni al naturale sterilizzati

→ 15 minuti ↻ Sterilizzazione: 2 ore

1kg di peperoni — acqua e sale

- 1 — Lavare e tagliare in due i peperoni. Togliere i semi e il picciolo. Immergerli per due minuti in acqua bollente salata. Rinfrescarli con acqua molto fredda.
- 2 — Disporre i peperoni nei barattoli. Riempirli di acqua bollente salata (20 g al litro).
- 3 — Sterilizzare i barattoli facendoli bollire per due ore. Conservarli in cantina.

LA STERILIZZAZIONE

Collocato in un recipiente ermeticamente chiuso, l'alimento è sottoposto al calore. Frutta e verdura, preparate e immerse in un liquido, vengono disposte in barattoli poi fatti bollire in una grande casseruola oppure passati in un forno a vapore o in un apposito apparecchio. I recipienti, i coperchi e le guarnizioni devono essere perfettamente puliti per evitare rischi di contaminazione. Le guarnizioni rovinate devono essere eliminate.

- + permette di variare e di personalizzare le proprie conserve.
- non richiede grande rigore a livello di igiene. Il rischio di botulino non può essere escluso ed è necessario disporre di molto spazio per immagazzinare le conserve.

IMPRONTA DI CARBONIO

circa 4,5kg di CO₂ per 1kg di peperoni.

Il calcolo considera il riscaldamento dell'acqua per sbollentare i peperoni, il mantenimento a ebollizione per 2 ore per la sterilizzazione e l'impatto associato ai barattoli, al sale e al lavaggio in acqua fredda dei peperoni.

Mantenere un livello di ebollizione non eccessivo può ridurre i consumi energetici.

Peperoni al naturale disidratati

→ 15 minuti ↻ 24 ore a 65°C

1 kg di peperoni



- 1 — Lavare e tagliare in due i peperoni. Togliere i semi e il picciolo.
- 2 — Disporli uno accanto all'altro sul vassoio del disidratatore. Far essiccare per 24 ore a 65°C. Conservare in sacchetti o barattoli.

LA DISIDRATAZIONE

La disidratazione permette di sottrarre umidità agli alimenti. Durante il processo, l'aria viene riscaldata e portata a una temperatura compresa tra 45 e 70°C. La circolazione dell'aria calda nel disidratatore porta a eliminare il contenuto di liquidi negli alimenti. La quantità di acqua rimasta nei prodotti secchi è ridotta al 10-15% e ciò impedisce lo sviluppo di batteri e muffe. Gli alimenti devono essere essiccati in modo omogeneo.

- + la conservazione è resa più facile dal fatto che gli alimenti subiscono una perdita di peso e di volume.
- il sapore degli alimenti risulta modificato. Perdita di vitamine.

IMPRONTA DI CARBONIO

circa 8 kg di CO₂ per 1 kg di peperoni.

Il calcolo considera il consumo energetico del disidratatore, ossia 550 W per 24 ore. Comprende inoltre il consumo energetico legato alla fabbricazione dei barattoli o dei sacchetti utilizzati per conservare i peperoni disidratati.

Peperoni al naturale congelati

→ 15 minuti ↻ 1 anno

1 kg di peperoni — acqua e sale



- 1 — Lavare e tagliare in due i peperoni. Togliere i semi e il picciolo. Immergerli per due minuti in acqua bollente salata. Rinfrescarli con acqua molto fredda.
- 2 — Scolarli bene, disporli nei sacchetti e creare il vuoto. Collocarli nel congelatore.

IL CONGELAMENTO

Deve avvenire rapidamente per favorire la formazione di piccoli cristalli di ghiaccio. Se la temperatura non è sufficientemente bassa si formano grossi cristalli che danneggiano le pareti cellulari degli alimenti. Nel congelatore la temperatura di conservazione dovrebbe essere sempre compresa tra i -18 e i -20°C. È bene sbollentare gli alimenti e poi raffreddarli in modo molto veloce: questa operazione permette di neutralizzare gli enzimi responsabili della degradazione della clorofilla e della perdita di sapore dei vegetali.

- + le verdure conservano tutte le loro qualità gustative e le vitamine.
- è assolutamente necessario rispettare la catena del freddo.

IMPRONTA DI CARBONIO

circa 5 kg di CO₂ per 1 kg di peperoni.

Il calcolo considera l'impatto sull'ambiente associato alla produzione dei sacchetti per il congelamento, alla fabbricazione e all'uso del congelatore, al sale e all'acqua per sbollentare i peperoni e infine all'acqua usata per raffreddarli prima di congelarli.



Enjoy the local
Swiss cuisine.

**Both during
"La Semaine du Goût"
and at 30,000 feet.**

SWISS is proud to be part
of "La Semaine du Goût".

Settimana del vino svizzero Eccellenza e varietà: salute!

Dal 2 al 25 settembre 2016, la «Settimana del vino svizzero» permetterà a 300 ristoratori e 300 viticoltori di incontrarsi. E sarà l'occasione, per il pubblico, di (ri)scoprire l'eccellenza e l'incredibile varietà dei crus elvetici. Il primo giorno l'aperitivo sarà offerto!

Le due prime edizioni della «Settimana del vino svizzero» hanno avuto un tale successo che i promotori, Swiss Wine Promotion e l'Associazione Vinea hanno deciso di riproporla quest'anno, ma con una formula un po' diversa, più completa, meno rigida per i ristoratori, più attraente per il grande pubblico.

Vi siete persi i primi due episodi e vi chiedete che cos'è la Settimana del vino svizzero? Allora facciamo un passo indietro. Nel 2014, Swiss Wine Promotion lancia l'idea invitando per dieci giorni un certo numero di ristoratori a proporre ai loro clienti una scelta di vini svizzeri provenienti da altri cantoni.

La «manovra» viene in seguito messa concretamente in atto da Vinea. L'operazione consiste nel far scoprire ai ristoratori la grande varietà dei vitigni svizzeri e le possibilità quasi infinite di accordo tra cibi e vini che permette. E di far comprendere al grande pubblico che i crus elvetici meritano un posto sulla loro tavola.

Per mettere tutte queste persone in contatto, è nato il sito www.swisswineweek.ch, che permette di individuare facilmente un ristorante, una località o

un tipo di cucina, un viticoltore e una regione viticola e di trovare il locale che corrisponde alle attese dell'autore della ricerca. Il tutto in un paio di clic.

Dato il suo successo, la Settimana del vino svizzero quest'anno durerà in effetti tre settimane! Dal 2 al 25 settembre trecento ristoratori e trecento viticoltori iscritti all'iniziativa faranno vivere questa manifestazione considerata eccellente da tutti quelli che vi hanno già partecipato.

Il vantaggio di una durata più lunga? «Per il ristoratore è più interessante, dato che deve investire tempo per elaborare un'offerta mirata e formare il personale», spiega Elisabeth Pasquier, direttrice di Vinea. Il cliente, da parte sua, ha più tempo per rendersi conto dell'esistenza di questa manifestazione e di approfittarne.

La formula è ludica: per partecipare i ristoranti si impegnano a proporre almeno tre vini svizzeri, serviti al bicchiere. Vini provenienti da regioni diverse che possono associare a singoli piatti, a un menu o a particolari momenti, tra cui, novità di quest'anno, l'aperitivo della prima giornata, che sarà offerto gratuitamente a tutti i clienti. Salute!

Svizzera Romanda



Elias Bally ha appena ottenuto il suo brevetto federale di sommelier (primo premio romando!). Nel suo ristorante molto chic con i tavoli esterni all'ombra della facciata neoclassica del Tempio di Carouge ha un piccolo progetto per la Settimana del vino svizzero: mettere in evidenza i vitigni italiani vinificati nel nostro paese. Un'iniziativa originale e promettente.

VIA ROMA

Place du Marché 20
1227 Carouge
022 301 94 51
viaroma-ristorante.com



Christophe Gallay, 30 anni, erede della casa, ha appena ottenuto il brevetto federale di sommelier: «sono stato travolto dalla passione per il vino». E questa passione vuole condividerla facendo scoprire alla clientela dei crus interessanti. La Settimana del vino svizzero è un'occasione eccezionale. «Proporrò accordi particolari tra cibi e vini percorrendo varie regioni della Svizzera viticola».

LE MICHELANGELO

Chemin des Lieugex 17
1860 Aigle
024 466 32 49
michel-angelo.ch



Da un anno a questa parte la carta dei vini di questo ristorante panoramico si è trasformata. Cyrille Heimo, il proprietario, vi ha inserito vini provenienti da tutta la Svizzera. Il Vallese resta senza dubbio al primo posto, ma anche il Ticino, Friburgo, Zurigo, i Grigioni, il Vaud e Ginevra sono presenti con crus di qualità notevole. «È un successo. I clienti ci hanno preso gusto. E dunque era scontato partecipare alla Settimana del vino svizzero!».

RESTAURANT CHALET

LA MAYA
Rue des Collons 97
1988 Les Collons
027 281 50 50
chaletlamaya.ch

Svizzera italiana



Dal novembre del 2013 questo interessante indirizzo propone cucina tradizionale familiare nelle sue piacevoli sale sobrie e intime e su una bella terrazza. In occasione della Settimana del vino svizzero il menu sarà tipico: tartare di Fassona della Trattoria, maccheroni al ragù (sette ore di cottura) e gnocco fritto con salumi tipici... accompagnati da eccellenti crus.

LA TRATTORIA

Via Marcacci 9
6600 Locarno
091 751 64 44
latrattorialocarno.ch



«Il mio scopo? Proporre 180 etichette ticinesi», dichiara Mirko Reiner, sommelier all'Atenaeeo del Vino da otto anni e proprietario del locale da quattro. Oggi è arrivato a 172. A questi vini ticinesi si affiancano crus di altri cantoni. «Proporre vini locali significa rispondere alle attese sia dei turisti che degli habitués». Il tutto nelle eleganti sale dal soffitto a volta di questo ristorante unico.

ATENAEO DEL VINO

Via Pontico Virunio 1
6850 Mendrisio
091 630 06 36
atenaedelvino.ch



Campione svizzero dei sommelier, Simone Ragusa è responsabile della cantina di uno dei più emblematici hotel luganesi, lo Splendide-Royal. Sulla carta dei vini sono presenti tutto l'anno crus provenienti da una decina di cantoni svizzeri, ma la Settimana del vino svizzero gli darà l'opportunità di valorizzarli: «è uno splendido modo per far scoprire ai nostri clienti i vini elvetici e la loro grande qualità».

ROYAL SPLENDIDE
Riva Antonio Caccia 7
6900 Lugano
091 985 77 11
splendide.ch

Svizzera tedesca



Antica macelleria trasformata in originale brasserie, molto in voga per amanti della buona tavola, è legata al vicino, lussuoso, hotel Widder. La carta propone sempre vini svizzeri. In occasione della Settimana del vino svizzero una formula speciale costituita da tre piatti accordati a tre vini di cantoni diversi sarà messa in primo piano sul menu, per la gioia della clientela.

BRASSERIE AUGUST
Rennweg
044 224 28 28
8001 Zurich
au-gust.ch



La «swissness» fa parte dell'identità della Cave Valaisanne/Wallisier Keller. I piatti locali che si possono gustare in questa «cantina vallesana» esibiscono l'etichetta Swiss Alpe Chuchi e i vini svizzeri vengono valorizzati: «è importante promuovere i piccoli produttori meno conosciuti, offrendo sempre prodotti di qualità». Una scelta molto apprezzata dagli ospiti di questa bella sala dal soffitto a volte ristrutturata con gusto.

**ZURCHERHOF
CAVE VALAISANNE**
Zähringerstrasse 21
8001 Zürich
044 269 44 66
hotelzuercherhof.ch



Edy Juillerat è ai fornelli di questa brasserie «de charme» che sorge proprio sul ponte, di fronte alla fossa degli orsi, da 16 anni: «l'80% della nostra clientela è costituita da habitués. I turisti si aggiungono soprattutto in luglio e in agosto. A entrambi proponiamo vini di otto cantoni svizzeri». Con grande successo! La Settimana del vino svizzero permetterà di valorizzare questi vini associandoli a piatti particolari.

BRASSERIE BÄRENGRABEN
Grosser Muristalden 1
3006 Berne
031 331 42 18
brasseriebaerengraben.ch



AVE
5 CHF
3 CHF
me 5 CHF
L'UNITÉ

BLA
MOUN

L'aperitivo a vita

Ta Cave, storia di un successo

Testo, Manuella Magnin — Foto, DR.

Tre amici amanti del buon vino e della buona tavola aprono a Losanna il primo bistrot comunitario della Svizzera. Frutto di un'ottima campagna pubblicitaria e del potere del web, ma anche di un grande talento imprenditoriale.



Transformez votre passion pour les arts culinaires et votre esprit d'entreprendre en une carrière réussie.

Trasforma la tua passione per le arti culinarie e il tuo spirito imprenditoriale in una carriera di successo.

Verwandeln Sie Ihre lebenslange Leidenschaft für Kochkunst und Ihr Business-Mentalität in eine erfolgreiche Karriere.

EHL Master Class in Culinary Arts

ehl.edu

Come nascono le idee geniali? Per alcuni, il momento decisivo è al mattino, o sotto la doccia o a letto, sotto le coperte, con una buona tazza di caffè. Per altri l'illuminazione arriva mentre fanno jogging in mezzo alla natura o si arrampicano faticosamente su una vetta. Per tutti coloro che non sanno bene come ottenerla, ma che amerebbero avere l'illuminazione suprema: appuntamento a Ta Cave, rue du Simplon 35, Losanna. È in questo quartiere, vicino alla stazione, che Elâ Borschberg, Guillaume Luyet e Yannick Passas vivono il loro sogno giorno dopo giorno. Elâ e Guillaume hanno un diploma della Scuola alberghiera, Yannick è un appassionato enologo e produttore di ottimi vini alla Maison du Moulin a Reverolle.

Ma qual è il loro sogno diventato realtà? Un bistrot comunitario, il primo in Svizzera, finanziato dai suoi stessi clienti. Vi vengono serviti solo vini eccellenti, locali o di altri luoghi, e le migliori specialità del territorio disposte su taglieri o preparate con amore e proposte in una conviviale cocotte.

Un grande successo

Per i tre tutto è cominciato nel 2014, alla fine di una serata. La voglia di bere un ultimo bicchiere, di chiacchierare ancora un po' e di smangiucchiare qualcosa prima di infilarsi sotto le coperte. E nessun posto dove andare. L'idea di aprire un luogo d'incontro per amanti del buon vino e di squisiti prodotti del territorio si impone immediatamente. Bel progetto, ma dove trovare i soldi per realizzarlo? Chiedere un prestito a una banca? Troppo complicato! Ed ecco il colpo di genio, una soluzione già utilizzata all'estero: fare appello ai potenziali clienti per finanziare la creazione di un bistrot comunitario. A fronte di un piccolo contributo di 250 franchi, a ogni finanziatore sarà offerto l'aperitivo a vita con una persona di sua scelta.

In pochissimo tempo si scova anche il locale della rue du Simplon 35. A qualche metro dalla stazione, un openspace che un tempo veniva utilizzato per girare film un po' osé ha tutte le caratteristiche necessarie per mettere in piedi un luogo

conviviale. Una bella e grande sala con modanature all'antica sul soffitto e una magnifica cantina. L'operazione viene lanciata attraverso un sito Internet dedicato, un video, articoli che descrivono il progetto e un teaser intelligente e interessante in rete. 800 investitori più tardi, in pochi giorni, il budget previsto è raggiunto: Ta Cave apre i battenti nella primavera del 2015.

La promessa fatta ai potenziali contribuenti dell'aperitivo dell'amicizia viene mantenuta. Ci si sente a proprio agio a Ta Cave! Elâ, Guillaume e Yannick condividono con i clienti-investitori e con tutti coloro che bussano alla loro porta la ricerca del piacere gustativo e delle buone cose della vita, le bottiglie che hanno fatto battere i loro cuori di enofili, i salumi e i formaggi che hanno fatto loro venire l'acquolina in bocca. E dato che hanno molto gusto, anche ai clienti non può che venire l'acquolina in bocca. Ta Cave propone una selezione di vini diversi ogni mese più 8 vini da scoprire ogni due settimane. Il nettare è sempre accompagnato da formaggi e prodotti di salumeria testati e approvati da tutto il gruppo.

Premio nuove leve del turismo svizzero

I tre soci fondatori non hanno sedotto soltanto i loro molteplici sostenitori, ma anche la giuria del Milestone 2015, prestigioso premio del turismo svizzero che ricompensa dal 2000 i migliori progetti e le più interessanti personalità del mondo turistico elvetico. Il maggior riconoscimento del settore mira a promuovere l'innovazione e il trasferimento di competenze, a incrementare l'attrattività della destinazione Svizzera e a far conoscere al pubblico l'importanza del settore turistico. Il modello di finanziamento immaginato da Elâ Borschberg, Guillaume Luyet e Yannick Passas ha suscitato l'entusiasmo della giuria che ha così premiato la loro performance imprenditoriale.





Assurance vie

Partenaire de vos projets de vie

Dans le domaine des assurances de rentes et de capitaux, il y a chez Retraites Populaires une véritable équipe proche de vous, qui s'engage pour que vos objectifs les plus chers se réalisent. Vous soutenir et vous conseiller dans vos projets de vie, voilà ce qui nous tient vraiment à cœur.

**Contactez-nous pour en savoir plus
ou consultez www.retraitespopulaires.ch**

Votre avenir, notre mission.



**Retraites
Populaires**

La chiave del successo «Suscitare emozioni»

Intervista a cura di Manuella Magnin

Foto, DR.

I siti di crowdfunding sono sempre più numerosi. Si tratta di un nuovo modo per fondare un'impresa? Il punto di vista di Rémi Walbaum, capo Innovazione e infrastruttura della Scuola alberghiera di Losanna.

Come si spiega il successo di Ta Cave?

Rémi Walbaum: «Elà Borschberg e Guillaume Luyet sono degli autentici imprenditori. Hanno elaborato il proprio progetto in maniera eccellente prima di lanciarsi nella ricerca di un finanziamento partecipativo. Con la loro idea di offrire l'aperitivo a vita alle persone che avessero deciso di finanziarli hanno fatto centro. Soprattutto perché l'hanno proposta bene tramite il teaser su Internet (ndr: il teaser è una tecnica di vendita che consiste nell'attrarre il cliente potenziale con un messaggio che susciti la maggiore curiosità possibile)».

Il modello è riproducibile?

R.W.: «Certamente, a condizione che dietro vi sia sempre un progetto ben costruito con un solido business plan. È necessario risvegliare la curiosità di persone che sono in grado poi di impegnarsi concretamente. L'effetto sorpresa è indispensabile soprattutto dove il bacino geografico è ridotto. Negli Stati Uniti è più semplice. Il volume dei potenziali sostenitori è enorme».

Crowdfunding Dalla panetteria al food studio

Il crowdfunding è molto di moda e nei paesi anglosassoni ha inondato la rete. Tantissimi progetti, più o meno interessanti, cercano di attirare l'attenzione di fans pronti a investire. Un esempio di successo folgorante al quale l'autrice di queste righe ha modestamente contribuito: il lancio di una rivoluzionaria lunch box per il pranzo di mezzogiorno fuori casa mediante un'app. In sole tre settimane, 12.557 persone hanno versato il loro contributo permettendo di raccogliere la somma complessiva di 1.439.098 dollari. Gli ideatori americani si erano proposti di raccoglierne 25.000!

Più vicino a noi, a Edimburgo, in Scozia, due giovani sono riusciti a mettere in piedi un food studio per raccontare, attraverso il menu, le tradizioni culinarie della loro bella regione. In un giorno e mezzo, grazie a un video molto spontaneo, hanno ottenuto il 42% delle 10.000 sterline di cui avevano bisogno e alla fine hanno superato



RÉMI WALDBAUM
chief Innovation and Infrastructure
officer alla Scuola alberghiera di
Losanna.

Il campo del cibo è particolarmente interessante?

R.W.: «Cibo e vino sono prodotti che hanno un forte impatto emotivo. Basta vedere quanti mi piace compaiono su Facebook quando vengono postate foto di cibi. È come se si raccontasse una storia e si invitassero gli internauti a farne parte. L'emozione è al centro di tutto».

Ma il finanziamento non è una questione emotiva...

R.W.: «Il finanziamento tradizionale tramite una banca risponde ad altre logiche, e utilizza canali molto impersonali, disumanizzati. La logica del crowdfunding è completamente diversa, ci si trova davanti a una forma di ri-umanizzazione tramite un sistema di mutuo sostegno. Un tempo si andava a cercare il denaro in famiglia per aprire un'impresa. Grazie alle nuove piattaforme tecnologiche la famiglia diventa molto più ampia e la rete di sostegno può diventare molto più vasta, a condizione, naturalmente, che il progetto stia in piedi e susciti l'interesse. Ta Cave ne è un esempio perfetto».

del 60% l'obiettivo iniziale. Il 50% dei profitti ottenuti con la loro piccola impresa servirà a finanziare la valorizzazione del patrimonio culinario scozzese tramite una rivista online.

L'esempio del fornaio ginevrino Eric Emery ha colpito molti nella Svizzera romanda. Questo artigiano ha fatto appello al crowdfundering (letteralmente: prestito da parte della folla) per finanziare lo sviluppo della propria azienda proponendo ai finanziatori un tasso di interesse del 4% e il rimborso entro minimo due anni. Inizialmente sperava di ottenere 200.000 franchi, ma il pubblico si è mostrato molto più generoso e gliene ha accordati circa 1 milione e 700.000. I clienti lo hanno sostenuto al di là delle sue più rosee speranze, motivati alcuni dall'interesse promesso, altri dall'attaccamento al loro panettiere preferito. MM

ANTIPASTO

4 PERS.



10 MIN.



40 MIN.



Costine di maiale di Ormalingen

600 g i costine di maiale di Ormalingen*

2 cucchiaini di zucchero bruno

PER LA MARINATA

125 ml di salsa hoisin

125 ml di ketchup

125 ml di aceto di riso

2 c.s. cucchiaini di salsa piccante thai (reparto cibi esotici)

1 cucchiaino di aglio in polvere

1 cucchiaino di garam masala

½ cucchiaino di peperoncino in polvere

1 cucchiaino di curcuma

Mescolare gli ingredienti della marinata.

Coprire le costine di maiale con la marinata.

Riporre in frigorifero per 2 ore.

Preriscaldare il forno a 180°C.

Spolverizzare le costine di maiale con lo zucchero bruno.

Cuocere per 40 minuti girando la carne a metà cottura.

Servire con un purè di patate dolci e qualche chip di patate.

Una ricetta di Manuella Magnin

Video della ricetta:



La squisita carne di maiale di Ormalingen può essere ordinata sul sito.
www.hofgut-farnsburg.ch

Foto: Corinne Sporrer

PIATTO PRINCIPALE

4 PERS.



20 MIN.



20 MIN.



Basmati alle verdure e alle lenticchie

250 g di riso basmati
4 cucchiari di lenticchie corallo
1 zuccina gialla
1 zuccina verde
1 carota
100 g di zucca
1 foglia di alloro
3 chiodi di garofano
5 baccelli di cardamomo
1 bastoncino di cassia o di cannella
1 limone
1 manciata di noci pecan
olio
sale, pepe

Lavare il riso passandolo sotto l'acqua fredda e scolarlo.

Sbucciare la carota e la zucca. Tagliarle a cubetti. Tagliare allo stesso modo anche le zucchine.

Scaldare un po' d'olio in una pentola e aggiungere le spezie e la foglia di alloro. Attendere che sprigionino tutti i loro aromi.

Aggiungere il riso, le lenticchie e le verdure. Mescolare bene. Bagnare con 9 dl d'acqua.

Coprire e lasciar cuocere una buona decina di minuti. Assaggiare per controllare la cottura. Se il riso non è cotto, aggiungere un po' d'acqua e cuocere ancora per 2 minuti. Salare.

Durante la cottura del riso, tagliare il limone a fettine sottili e passarle rapidamente in padella aggiungendo a piacere un pizzico di curry. Salare e pepare secondo il proprio gusto. Servire come piatto completo decorandolo con alcuni anacardi.

Una ricetta di Manuella Magnin

Foto: Corinne Sporrer



MEMOIRE VIVE
AGITATEUR DE RESEAUX

Tous mes Mac à 0% avec
un contrat d'assistance.
C'est ça l'intérêt!

Timea Bacsinszky



N'ACHETEZ PLUS
LOUEZ À
0%*

* Mac/iPhone/iPad + logiciels + maintenance +
garantie sur 12 ou 36 mois sans intérêt.
Offre soumise à conditions



Lausanne
Fribourg

Rue St-Laurent 29, 1003 Lausanne
Rue de l'Industrie 10, 1700 Fribourg

T. +41 (0)21 320 89 15
T. +41 (0)26 425 88 00

lausanne@memoirevive.ch
fribourg@memoirevive.ch

www.memoirevive.ch
🍏 Revendeur Agréé Apple

PIATTO PRINCIPALE

4 PERS.



10 MIN.



40 MIN.



Tajine di vitello alle pere

800 g di spalla di vitello
1 cipolla
3 cm di zenzero
2 pere
½ limone
100 g di miele d'acacia
3 dl di vino dolce
½ dl di vin cotto di «Poire à botzi»
1 cucchiaino di zafferano in fili
12 gherigli di noci
sale, pepe
olio d'oliva

Sbucciare la cipolla e lo zenzero. Tagliare la cipolla a cubetti e lo zenzero in bastoncini sottili. Salare la carne e farla rosolare a fuoco vivo in una pentola di ghisa con un po' d'olio.

Aggiungere la cipolla e lo zenzero. Lasciar cuocere per cinque minuti, poi coprire d'acqua. Portare a ebollizione. Abbassare il fuoco. Lasciar bollire con il coperchio a fuoco lento per 45 minuti. Mentre la carne cuoce preparare le pere. Scaldare il vino dolce, il miele e lo zafferano in una casseruola.

Sbucciare le pere. Tagliarle a fettine sottili e spruzzarle di succo di limone per evitare che diventino scure. Immergere le fettine nel liquido contenuto nella casseruola e cuocere a fuoco lento per 10 minuti. Spegnerne il fuoco.

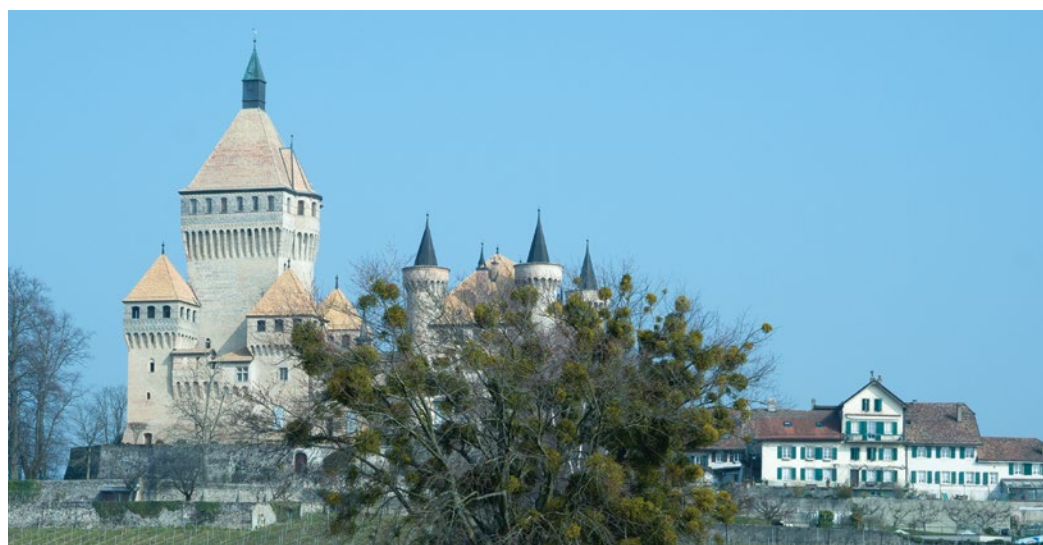
Dieci minuti prima della fine della cottura della carne, aggiungere il succo di cottura delle pere e il vin cotto di «Poire à Botzi». Lasciar restringere sul fuoco, assaggiare e regolare il condimento. Servire il tajine con le fettine di pere, gherigli di noci, couscous o riso bianco.

*Una ricetta
di Manuella
Magnin*

Foto: Corinne Sporrer

Enoturismo nel cantone di Vaud

Una prima escursione nella regione di Morges



Guidati dall'applicazione Vaud-Guide dei loro telefoni cellulari gli enofili connessi alla rete sono invitati a scoprire le meraviglie del territorio.

Prima tappa: tra i vigneti di Morges.

Amate il vino, la natura, la cultura, gli incontri con gli artigiani del territorio? Allora questa nuova offerta è fatta proprio per voi. Prendete il vostro smartphone, scaricate l'app Vaud-Guide (in francese, tedesco o inglese), cliccate su «itinerari» e selezionate l'escursione enoturistica della regione di Morges. Poi: spalancate gli occhi, assaporate il paesaggio, approfittate dei begli incontri con i viticoltori e i produttori, degustate i loro nettari e le loro delizie e, perché no, lasciatevi tentare da qualche quiz ludico.

Due percorsi a scelta

La proposta prevede la possibilità di sce-

gliere tra due percorsi che formano un anello: 1,5km nella città di Morges o 4,8 km tra i vigneti dei dintorni. Due scappatelle da buongustai accompagnate da una serie di domande con risposte a scelta multipla, prove che prevedono la ricerca e la scoperta di un luogo preciso e informazioni sui punti panoramici che vale la pena di immortalare in una foto. I più sportivi possono anche decidere di fare l'intero percorso circolare in 5-6 ore. La nuova offerta ha richiesto più di un anno di lavoro in collaborazione con l'Ufficio del turismo del cantone, Vaud Terroirs, l'Ufficio del turismo della regione di Morges, l'associazione dei Vins de Morges e l'Associazione della regione

Cossonay-Aubonne-Morges (ARCAM). Nel 2014 il Gran consiglio vodese ha destinato 2,5 milioni di franchi su cinque anni allo sviluppo di questo progetto enoturistico.

L'attuazione è stata affidata a Yann Stucki, capo del progetto «Vaud CEnotourisme», che entro il 2018 conta di lanciare itinerari simili in ogni regione vitivinicola del cantone oltre che nel Pays-d'Enhaut e nella Vallée de Joux.

Le escursioni saranno via via aggiornate in base alle proposte dei vari interlocutori sul territorio.

Una formazione ad hoc

Tutti coloro che intendono partecipare al progetto – che si tratti di viticoltori, albergatori, ristoratori, venditori di prodotti regionali – devono seguire una formazione e ottenere una certificazione. Vaud Cœnotourisme e GastoVaud hanno organizzato un corso di cinque giorni a Pully. Lo scopo è mettere a disposizione valori, conoscenze e strumenti utili per lo sviluppo dell'entourismo, in generale e all'interno delle singole aziende interessate. «Al di là della possibilità di acquisire nuove conoscenze, questa formazione permette di costruire una rete di contatti e di dare forma a partenariati commerciali», spiega Yann Stucki.

Parola di «certificata»

«UN AUMENTO DEL NUMERO DI CLIENTI»

«Ho seguito il corso per la certificazione alla fine del 2015 e ho imparato molte cose. Dopo qualche mese di esperienza posso dire che la piattaforma legata all'entourismo e i legami che abbiamo potuto costruire con altri attori (produttori, albergatori, ristoratori) ci hanno permesso di conquistare nuovi clienti. La certificazione è una buona pubblicità. Inoltre, tutti le persone che hanno seguito la formazione diffondono gli stessi valori di accoglienza».

Aurélia Joly, Grandvaux

«TUTTI I PARERI SONO POSITIVI»

«La nostra cantina propone 160 vini: 130 etichette vodesi delle cinque regioni vinicole del cantone e alcuni crus vallesani, italiani e francesi. Il nostro certificato è appeso nel ristorante e i clienti si sono mostrati molto sensibili alla nostra scelta. Sono entusiasti di poter scoprire una tale varietà, rappresentativa dei nostri diversi territori. Tutti i pareri sono positivi».

Serge Aymon, Le Moulin de Cugy, Cugy



L'entourismo a passo di corsa

Exploit sportivi e piaceri del palato si coniugano ogni autunno durante una gara diversa da tutte le altre. In una magica atmosfera autunnale i viticoltori di Les Côtes de l'Orbe attendono i partecipanti nei punti di ristoro e all'arrivo per far loro scoprire i vini della regione. Tutti gli iscritti a questa semi-maratona – quelli che hanno scelto il percorso di 20 km, ma anche quelli che ne fanno solo 10, i corridori come i camminatori –, spesso in costume, si fermano di quando in quando per gustare una specialità locale su uno degli stand di viticoltori, ristoratori e associazioni della regione. Nel 2015 gli atleti erano 1350. Per la prossima edizione, prevista per sabato 10 settembre, le iscrizioni sono aperte su www.semi-marathon-des-cotes-de-l-orbe.ch



Foto, Luca Carmagnola

Chillon: una bicchierata in dieci lingue

Per secoli all'interno del castello si trovava una cantina e un torchio. Dal 2011, il Clos de Chillon ha ripreso questa tradizione. Una quarantina di botti sono state collocate nella prima sala dei sotterranei dove fu incatenato François Bonivard, l'eroe del famoso poema di Lord Byron, *Il prigioniero di Chillon*.

Dopo una visita guidata al castello proposta in dieci lingue (!), gli amanti del buon vino sono invitati a condividere un piacevole momento intorno a un bicchiere di Clos de Chillon. Il Clos de Chillon Grand Cru, prodotto e imbottigliato al castello, riflette i valori della Fondazione del Castello di Chillon che gestisce questo monumento storico: tradizione, prestigio e qualità. Situato nell'area del «Lavaux», il vigneto (12.500 m²) si estende lungo la riva del lago Lemano dove beneficia del micro-clima di Montreux.

Per ulteriori informazioni:
www.vaud-oenotourisme.ch

Le Livre sur les quais

Un menu a base di lettere e sapori

Durante la sua 7ª edizione la manifestazione di Morges darà ampio spazio al gusto dedicandogli una scena culinaria e un villaggio.

Ogni anno, il primo week-end di settembre, non meno di 40.000 visitatori si riversano per le strade della città di Morges alla ricerca di interessanti novità letterarie e di incontri con i loro autori preferiti. Nel 2016 gli organizzatori hanno scelto di fare del gusto uno dei temi principali della manifestazione.

In stretta collaborazione con la Settimana del Gusto una scena culinaria, la Place du goût, accoglierà sotto una tenda, nei pressi del Castello di Morges, autori di testi consacrati al cibo, vip locali, degustazioni, laboratori, conferenze e dibattiti su alcuni dei food trend più attuali, oltre a un concorso con prodotti regionali. Tra gli ospiti annunciati, autori di libri di ricette e specialisti di vari settori: alimentazione senza glutine, vegana e vegetariana, diete per sportivi, fermentazione, enologia o leguminose. Dato che la Scandinavia è l'ospite d'onore di quest'anno a Morges, la svedese Viveca Sten, famosa scrittrice di gialli, sarà invitata a realizzare una ricetta tratta dal suo libro, non tradotto, Skärgårdssommar, una raccolta di piatti estivi della regione di Stoccolma.

Altra novità di quest'anno: una tenda di 240 m² accoglierà i visitatori desiderosi di rifocillarsi in un'atmosfera semplice e conviviale. Mentre sui viali e nei giardini un villaggio del gusto permetterà agli appassionati dello shopping di avere uno scambio con i produttori e i distributori sulle varie specialità locali.

**— Le Livre sur les
quais: rendez vous
delle papille gusta-
tive più curiose.**

Direttice operativa di Le livre sur les quais, Sylvie Berti Rossi è lieta di poter proporre al pubblico queste novità: «i libri dedicati alle ricette, alle tendenze alimentari o ai vini sono molto amati. Siamo felici di dedicare uno spazio speciale con cucina agli autori e di contribuire a portare avanti la riflessione sul cibo, le bevande e le diete grazie alla nostra intensa collaborazione con la Settimana del Gusto. Le tende riservate ai produttori e ai distributori permetteranno di andare oltre le pagine dei libri e di incontrare le persone che ci nutrono e i cui prodotti vengono utilizzati dagli scrittori

per arricchire il proprio immaginario creativo».

La 7ª edizione di Le Livre sur les quais si annuncia decisamente interessante per i buongustai e come sempre elettrizzante, con le sue 300 firme e i due premi letterari: quello dei Librairi del Livre sur les quais e il Prix Jeunesse 24 Heures.

**Per ulteriori informazioni sul
programma:
www.lelivresurlesquais.ch**

**Le livre sur les quais,
2-3-4 sept. 16 Morges.**

**LA PLACE DU
GOÛT**

Scène culinaire avec démonstrations,
librairie, dédicaces, ateliers, espace
de restauration et produits régionaux.

www.lelivresurlesquais.ch



Le livre
sur/
les quais.
Morg...

Wow, i ceci svizzeri!



Un campo di lenticchie.



Christina de Raad Iseli e Christian Iseli.

Ai piedi del Giura due produttori svizzeri interessati a diversificare i loro raccolti si sono lanciati nella coltivazione delle leguminose: lenticchie, ceci, soia.

È stata una scommessa: «abbiamo cominciato con quantità limitate aumentando poi progressivamente e cominciando a seminare lenticchie di colore diverso: verdi, rosse, nere o beluga e infine i ceci».

Christina de Raad Iseli e Christian Iseli hanno preso le redini della tenuta familiare di 30 ha a La Sarraz nel 2003, l'hanno riconvertita all'agricoltura bio e hanno ottenuto il marchio della Gemma. Interessati a diversificare la produzione hanno aggiunto polli e galline alle colture in campo aperto e alle mucche. Le lenticchie sono arrivate nel 2010, i ceci nel 2013.

Ginevra produce leguminose da 20 anni, ma solo da poco bio. Primo problema: «l'impossibilità di diserbare. Le lenticchie inoltre si raccolgono con la stessa trebbiatrice dei cereali, cosa che implica una pulizia minuziosa. Prima di iniziare si tolgono i sassi a mano. Infine, viste le quantità limitate, è difficile trovare un centro di selezione. Le lenticchie passano per tre fasi: separatore a crivelli, sistema a cilindri alveolati e selezionatore densimetrico. Abbiamo dovuto fare molti investimenti». Oggi gli Iseli coltivano 5-6 ha di leguminose. La coltivazione biologica comporta rendimenti variabili che non possono essere corretti con l'uso di concimi chimici, ma «l'accoglienza da parte dei consumatori

è eccellente...». André Horisberger ha in affitto terreni a Bournens e Vufflens, per un totale di 45 ha a marchio Gemma, e a sua volta vuole diversificare le coltivazioni destinate all'alimentazione umana. Nel 2004 si è lanciato nella soia. «Una coltura delicata a causa delle erbacce. Prima di seminare bisogna preparare il terreno con un erpice poi con un vibrocultore». Solo semi di eccellente qualità vengono trasformati in tofu. André mira al mercato, ma per arrivarci deve sarchiare 2 o 3 volte e sradicare a mano romice, cardo selvatico e morella comune, una bacca nera che colora la soia e la rende inutilizzabile.

PIATTO PRINCIPALE

4 PERS.



15 MIN.



1 ORE



Insalata di ceci all'orientale

250 g di ceci secchi*
2 cucchiaini di ras el hanout
(spezie per couscous)
2 cipolle rosse
1 mazzettino di menta
2 limoni confit (o in salamoia)
50 g di feta
Il succo di 1 limone
3 cucchiaini di olio d'oliva
sale, pepe

Il giorno prima, mettere in ammollo i ceci in abbondante acqua fresca.

Il giorno successivo, far cuocere i ceci in acqua non salata. Scolare, passare sotto l'acqua fredda. Togliere la pellicola che avvolge i ceci.

Prendere la buccia dei limoni confit e tagliarla a fettine sottili. Tagliare a lamelle le cipolle rosse.

Preparare una vinaigrette con succo di limone, olio d'oliva, ras el hanout, un po' di sale e di pepe. Condire i ceci.

Aggiungere il limone confit e la cipolla, la feta a pezzettini e la menta, tagliata al momento di servire l'insalata per guarnire.

*Una ricetta
di Manuella
Magnin*

*La fattoria Iseli a La Sarraz nel cantone di Vaud vende squisiti ceci biologici.

**Per maggiori
informazioni:**
Ferme Iseli,
Route de Dizy 1
1315 La Sarraz
021 866 66 01
o 079 762 87 11

Foto: Corinne Sporrer

Agriturismo.ch reinventa le vacanze

Vivere in una fattoria, dormire sulla paglia, degustare prodotti regionali: i quasi 330 membri di Agriturismo Suisse permettono di vivere momenti indimenticabili, in comunione con la natura, immersi in paesaggi idilliaci... e a prezzi accessibili. Un vero ritorno alle radici del turismo.

Ben prima della costruzione dei palazzi della Belle-Epoque, il turismo elvetico si è in effetti sviluppato grazie all'accoglienza da parte dei paesani e dei contadini che offrivano alloggio ai nobili viaggiatori britannici e russi impegnati nel « Grand Tour », un viaggio che li portava generalmente in Italia attraverso il meraviglioso paesaggio svizzero.

Centocinquanta o duecento anni più tardi il contesto è molto cambiato. Il settore alberghiero ha avuto un grande sviluppo e i mezzi di trasporto hanno radicalmente trasformato l'approccio al viaggio. Ma sempre più vacanzieri rinunciano agli aerei che li portano dall'altra parte del pianeta e in bicicletta percorrono le piste ciclabili da Amsterdam a Roma, oppure, a piedi, partono dalle sorgenti del Reno e arrivano a Basilea – e quando si fermano amano incontrare gli abitanti del luogo.

Dal 2010 l'organizzazione Agriturismo Suisse è la piattaforma di commercializzazione delle offerte del turismo rurale che comprende notti alla fattoria (sulla paglia, in camera singola o a più letti, oppure in appartamenti di vacanza) ma anche la vendita diretta, manifestazioni e ristorazione, sempre nelle fattorie. Luoghi di soggiorno unici e idilliaci in tutta la Svizzera.

— Si può alloggiare in rustici chalet d'alpeggio, in antiche residenze di tenute vinicole o in splendide case coloniche.

Dal dolce paesaggio del lago di Costanza alle grandiose cime alpine fino alle valli giurassiane e alle rive del lago Lemano si può alloggiare in rustici chalet sugli alpeggi, in autentiche case di vignaioli o in aziende agricole con grandi abitazioni padronali intorno alle quali pascolano vitelli e capre. Ecco un modo conviviale e abbordabile di reinventare le vacanze. Per grandi e piccoli!

Agriturismo Suisse — 3007 Berna
031 359 50 30
www.agrotourismus.ch



Il Ticino sublimato

È sulle pendici boschose del Monte Generoso che si trova questa deliziosa casetta. Una volta veniva utilizzata per la caccia agli uccelli, oggi si trova all'interno della tenuta viticola di Luciano e Grazia Cavallini: «è un punto ideale per osservare gli uccelli ma anche un posto dove possono alloggiare tre persone». Si dorme immersi nella tranquillità di una valle verdeggiante, si degustano gli eccellenti vini «della casa» (cantina aperta il 26 e 27 novembre di ogni anno) e si scoprono paesaggi sontuosi.

INFORMAZIONI

Cantina Cavallini — 6838 Cabbio
091 684 15 79 — www.cantinacavallini.loonity.ch



Nel paese di Heidi

Alle porte di Coira e a qualche chilometro dai paesaggi di Heidi, il piccolo villaggio di Felsberg è la patria di Evelyne Widmer-Schlumpf. Terza generazione della stessa famiglia, Johannes e Gisela Danuser e i loro tre figli hanno creato un alloggio rurale nella loro fattoria. È possibile dormire sulla paglia o in camere semplici e accoglienti, per colazione ci sono treccia al burro fatta in casa, marmellate della tenuta e burro d'alpeggio e fuori si incontrano le anatre e i vitelli che pascolano vicino al campo giochi per i bambini. I turisti arrivano dagli USA, dalla Cina, dalla Nuova Zelanda e dalla Russia!

INFORMAZIONI

Biohof Danuser — 7012 Felsberg
081 253 30 79 — www.biohof-danuser.ch



Ai piedi del ghiacciaio

Situato in una delle più belle vallate delle Alpi vodesi lo chalet Le Madrier è a soli cinque minuti dalle piste da sci e dal punto di partenza di magnifiche passeggiate. A due passi dall'adorabile villaggio di Vers l'Eglise e dal suo piccolo museo Des Ormonts, Catherine e Alain Sthioul-Cossy propongono alcune piacevoli camere rivestite in legno e la possibilità di gustare gastronomia tipica. Nella sala da pranzo da cui si può ammirare il paesaggio alpino o uscire sulla terrazza soleggiata si possono assaggiare piatti a base di prodotti del territorio accompagnati da acqua di fonte o da buoni crus della regione.

INFORMAZIONI

Le Madrier — 1864 Vers-L'Eglise
024 492 22 12 — www.lemadrier.ch



In mezzo alle vigne

La Thur serpeggia tra boschi e vigne in una pianura verdeggiante circondata da colline. In questo paesaggio bucolico si trova la fattoria di Peter e Doris Werner, agricoltori e vignaioli. La tenuta, in cui vivono molti piccoli animali (conigli, polli), comprende un campo giochi per i bambini con un grande trampolino elastico e una casa sull'albero! È possibile grigliare, si dorme in camere semplici e luminose e i dintorni sono ideali per fare escursioni a cavallo e in bicicletta.

INFORMAZIONI

Pünthof, Peter und Doris Werner — 8415 Berg am Irchel
052 318 22 39



IP-SUISSE, una coccinella per la natura

Dal 1989, il piccolo coleottero simboleggia il rispetto dell'ambiente e i principi in materia di protezione degli animali. Sono ormai circa 20.000 gli agricoltori che esibiscono questo marchio in tutto il paese.

I P-SUISSE, che cos'è? Una piccola e simpatica coccinella sui muri di alcune fattorie sparse in tutta la Svizzera e che compare sulle confezioni di prodotti alimentari disponibili in commercio. E, soprattutto, un'associazione di agricoltori nata nel 1989 che conta oggi circa 20.000 soci in tutto il paese. Tutti si sforzano giorno dopo giorno di produrre i nostri alimenti (carni, cereali, olio di colza, patate, latte...) rispettando le regole in materia di protezione degli animali e della natura. La produzione proposta da questi contadini elvetici non comporta uso di OGM. Questi professionisti della terra rinunciano in gran parte anche all'utilizzo di fungicidi e pesticidi. Gli animali allevati nelle aziende agricole IP-SUISSE possono vivere seguendo i loro modi di vita naturali e uscire all'aperto e hanno a disposizione foraggio sano. Il vantaggio per coltivatori e allevatori? « Come contropartita per il loro impegno e i maggiori costi sostenuti per una produzione rispettosa della natura, gli agricoltori hanno la garanzia di essere remunerati a un giusto prezzo », spie-

ga Jacques Demierre, capo dell'ufficio romando di IP-SUISSE.

L'associazione rappresenta gli interessi dei suoi soci nei confronti dei partner commerciali, dei consumatori e delle autorità. La sua sede principale è a Zollikofen, ma ha uffici a Losanna e in Ticino.

L'obiettivo di IP-SUISSE è proporre prodotti di qualità elevata che abbiano un reale plusvalore per i consumatori e per i produttori. Gli organi direttivi del marchio garantiscono il controllo, la tracciabilità e la certificazione a livello di tutta la catena. Promuovono la produzione e la commercializzazione dei prodotti che esibiscono il marchio sia nella grande distribuzione sia presso artigiani trasformatori e partner nella ristorazione.

I principali prodotti IP-Suisse (dati 2015)

CARNE 650.000 animali, commercializzati presso Migros, Manor, McDonald's, Boucherie du Molard, Volg, macellerie e ristoranti.

CEREALI 120.000 tonnellate, commercializzate presso Migros, Hiestand, McDonald's, Naturel, Volg, Spar, Coop.

OLIO DI COLZA 2500 tonnellate, commercializzate presso Migros, McDonalds, Volg, Spar.

PATATE 10.000 tonnellate, commercializzate presso Migros, Coop, Volg.

LATTE 25 mio di kg, commercializzati presso Migros.

ALTRO succo di mela, uova, mais per uso alimentare, quinoa...



Centro ornitologico
svizzero di Sempach

La biodiversità come credo

Nel 2008, le contadine e i contadini soci di IP-SUISSE hanno deciso di integrare nelle loro direttive la protezione della biodiversità. D'intesa con la stazione ornitologica di Sempach e Migros, l'associazione ha introdotto un sistema a punti che protegge la vita della flora e della fauna. Tutti i produttori a marchio IP-SUISSE devono rispettare condizioni molto rigorose e vengono monitorati. Le aziende agricole possono scegliere tra una trentina di misure diverse che permettono loro di ottenere minimo 17 punti.

Concretamente, le aziende agricole IP-SUISSE favoriscono la varietà dell'ecosistema, delle specie e dei geni. Si può trattare di proporre un habitat naturale per l'allodola dei campi (vedere riquadro), di lasciare una parte del terreno a maggese per far riposare il suolo, di offrire un luogo in cui vivere agli insetti

e agli animali selvatici oppure di portare avanti la tradizione degli alberi da frutto ad alto fusto in cui molte specie di uccelli amano fare il nido. Ma anche lo sfruttamento poco intensivo dei pascoli è importante perché consente la crescita di piante e fiori selvatici che danno rifugio alla fauna di piccola taglia. Rettili, piante rare, uccelli trovano dunque di nuovo arbusti, rami e pietre a loro disposizione.

L'azienda che applica queste misure ottiene preziosi punti, attribuiti in base all'impatto positivo sulla natura.

Un'allodola molto vezzeggiata

La poca distanza tra una pianta e l'altra nei campi coltivati a cereali rende difficile la vita delle allodole. IP-SUISSE ha proposto di rendere le coltivazioni meno dense su alcune superfici limitate in modo da dare la possibilità a questi uccelli di vivere e di riprodursi.

L'allodola dei campi ama il cielo, ma anche la terra. Vive su terreni non troppo umidi e coperti di vegetazione non troppo fitta. Questo volatile ha l'abitudine di costruire il suo nido tra le colture erbacee. Per migliorare i siti di nidificazione e offrire a questo uccello cibo più abbondante, alcune parti dei campi coltivati a cereali vengono seminate in modo meno denso o lasciate vuote. Nel 2016, circa 3845 ettari di superficie coltivata a cereali IP-SUISSE sono stati messi a disposizione delle allodole in tutto il paese.



Cereali sostenibili

4500 produttori coltivano a seconda degli anni circa 120.000 tonnellate di cereali panificabili di elevata qualità seguendo criteri di produzione molto severi. La protezione della natura e del consumatore è il principio sotteso a tutta la produzione cerealicola. IP-SUISSE ne commercializza un terzo. I 4500 produttori che possono fregiarsi del marchio non fanno ricorso a fungicidi, insetticidi o regolatori della crescita. I neonicotinoidi (prodotti tossici utilizzati come insetticidi) sono banditi per l'impatto disastroso sugli insetti, in particolare le api.

I cereali a marchio IP-SUISSE di altissima qualità sono tenuti separati dai raccolti convenzionali e panificati con cura.

Con il pane preparato a base di farine ottenute da queste colture i consumatori hanno la certezza di acquistare un prodotto svizzero di qualità ineccepibile. Il pane e la farina che rispondono ai requisiti IP-SUISSE si riconoscono grazie al marchio di qualità della «coccinella», o sono dichiarati prodotti «naturali» sugli scaffali.

La quinoa svizzera

Della stessa famiglia della barbabietola e scambiata a torto per un cereale, la quinoa è una pianta erbacea originaria delle Ande i cui semi sono raccolti dopo la maturazione.

Le quinoa è diventata molto popolare negli ultimi anni in Europa soprattutto a causa delle allergie e dell'intolleranza al glutine, che non contiene. Gli svizzeri apprezzano sempre di più questo piccolo seme. La quinoa è ricca di micronutrienti, proteine di alta qualità e sali minerali importanti dal punto di vista nutrizionale. Da 20 tonnellate importate in Svizzera nel 2009, si è passati a 270 tonnellate nel 2014.

Cos'altro ci voleva dunque per convincere l'agricoltore di Moudon, Michel Richardet, a lanciarsi in un progetto pilota di coltivazione della quinoa su suolo svizzero e con il patrocinio di IP-SUISSE? «I miei primi tentativi l'anno scorso sono stati distrutti dall'eccessivo calore, ma sono molto determinato a continuare su questa strada. Si impara sempre dai propri errori!» Quest'anno ha seminato circa 20 ettari di quinoa bianca. Se tutto va bene potrà raccoglierne tra le 15 e le 25 tonnellate il prossimo autunno.

Per maggiori informazioni su IP-SUISSE:
www.ipsuisse.ch



Genuss'16

Assaporare il territorio. Gustare le stagioni

Venite dal 19 agosto all'11 settembre 2016.

Intervista con
la famiglia Invernizzi
Hotel Landgasthof,
Kemmeriboden Bad



— Da quando la vostra famiglia dirige l'hotel Landgasthof a Kemmeriboden-Bad?

L'hotel Landgasthof a Kemmeriboden-Bad è di nostra proprietà da sei generazioni. Reto Invernizzi, cresciuto a Kemmeriboden-Bad lo gestisce insieme alla moglie Alexandra dal 2010.

— I prodotti regionali sono molto importanti per voi, e sono al centro della vostra cucina. Con quali produttori e distributori locali lavorate regolarmente?

Lavoriamo in particolare con produttori e fornitori del nostro comune e delle località vicine. Per noi è importante avere relazioni di lunga durata e basate sulla stima reciproca. Collaboriamo per esempio da generazioni con la panetteria Stein a Bumbach mentre la famiglia Riedwyl produce le nostre legendarie meringhe. Nel villaggio ci sono tre panetterie e le teniamo presenti tutte. La carne e i latticini invece provengono dalla macelleria Bieri e dal caseificio Hohgant di Schangnau, oppure dalla macelleria Krügel e dal caseificio di montagna di Marbach, il comune confinante con Schangnau. Ma ci procuriamo anche uova, diversi frutti di bosco, verdure e carne direttamente da alcuni agricoltori di Schangnau.

— Che cosa rende così speciali questi produttori e i loro prodotti?

I produttori della nostra regione sono legati alla loro terra e questo si sente nei loro prodotti. Qui si produce ancora con molto amore e molto orgoglio.



— Anche quest'anno insieme al vostro team parteciperete con un evento molto originale e creativo a Genuss'16. Perché non ci si deve perdere questo evento?

Vogliamo mostrare la meravigliosa storia della collaborazione tra i vari produttori e la nostra casa e spiegare qual era la vita a Kemmeriboden-Bad nel recente passato, intorno al 1928. E in più, tanto per sottolineare ulteriormente l'importanza della sostenibilità e della continuità: i prodotti regionali saranno preparati e serviti dai nostri giovani talenti, i nostri professionisti di domani. Gli apprendisti dei vari settori contribuiranno all'organizzazione dall'inizio alla fine. Vi aspettiamo numerosi!

Genuss'16

Dal 19 agosto all'11 settembre 2016 produttori e ristoratori metteranno in primo piano le specialità regionali organizzando una serie di eventi. Genuss'16 è la manifestazione che li raccoglie e una piattaforma di comunicazione tra amanti di questi prodotti regionali e tutti coloro che vogliono attirare l'attenzione sulla loro varietà ed elevata qualità, dalla produzione alla successiva lavorazione fino alla presentazione nel piatto.

Altre informazioni si trovano sul nostro sito Internet:

www.regionalprodukte.ch/genuss

« Das Beste der Region »

L'associazione « Das Beste der Region » rappresenta 20 diversi marchi regionali e federazioni di agricoltori dei cantoni di Argovia, Basilea città e Basilea campagna, Berna, Giura, Soletta e Zurigo e della Svizzera centrale. Il nostro obiettivo è promuovere la vendita di specialità regionali e di prodotti dell'artigianato locale e in questo modo creare un valore aggiunto. Il nostro marchio « Das Beste der Region » garantisce che si tratta di autentici prodotti della regione.



ESPERIENZA CULINARIA PRESSO LA TABLE D'EDGARD



PACCHETTO GASTRONOMICO DA CHF 720.-

PER 2 PERSONE

- 1 notte in camera doppia
 - Frutta e cioccolata in camera
 - Menu Signature presso la Table d'Edgard
 - Colazione a buffet
 - Accesso libero presso lo CBE Concept Spa
- Tutti i prezzi includono :
 - Mappa dei trasporti pubblici
 - WIFI
 - Minibar
 - Servizio
 - TVA

	singola	doppia
Camera Business:	CHF 500.-	720.-

	singola	doppia
Camera Deluxe:	CHF 590.-	810.-

	singola	doppia
Junior Suite:	CHF 690.-	910.-

Tassa di soggiorno chf 4.20 per persona e per notte
Per informazioni & prenotazione +41 21 331 31 31 o reservation@lausanne-palace.ch





WIR, la banca delle PMI

«82 anni - e nessuna voglia di andare in pensione»: questa formula molto semplice riassume perfettamente il sistema WIR per le PMI così come si presenta oggi. Un sistema unico al mondo dalla sua creazione nel 1934.

Testo, Flavia Giovannelli — Foto, DR.

Alla fine del 2015 la massa monetaria WIR era di circa 780 milioni di franchi. Ogni franco WIR viene scambiato circa 1,7 volte dai quasi 60.000 partecipanti attuali.

Ma le attività della Banca WIR si reggono anche su un secondo pilastro: questa società cooperativa è ora anche una banca «tradizionale» che propone ai clienti privati soluzioni di finanziamento, di risparmio e di previdenza a condizioni vantaggiose. La rete WIR e i suoi servizi bancari sono un affare totalmente svizzero e dunque incarnano la «swissness» allo stato puro.

WIR garantisce alle PMI svizzere un circuito di scambi che si svolge esclusivamente entro i confini del paese e il suo slogan, «dalle PMI alle PMI», riflette bene lo spirito che lo caratterizza. Ma le cose si potrebbero dire anche in un altro

modo: la Banca WIR è un istituto svizzero al servizio dell'economia che può vantare una grande esperienza in ambito bancario.

Il successo degli affari che passano per WIR si fonda su una sorta di regola d'oro: la spesa in WIR è contabilizzata e pianificata prima dell'accettazione WIR - ed è in quel momento che avviene la conversione. Così facendo, la moneta complementare offre l'opportunità di realizzare un fatturato supplementare e dunque un reddito addizionale. Per le PMI il valore aggiunto che ne risulta è evidente - anche solo per il fatto che i crediti WIR rappresentano l'offerta di finanziamento più interessante sul mercato svizzero a lungo termine.

Lo spirito di solidarietà, che era già in primo piano al momento della sua creazione, è oggi più attuale che mai per il

tessuto economico svizzero, che si fonda sulle PMI. La Banca WIR e il sistema WIR, che la accompagna, non sono dunque affatto obsoleti malgrado la rapida evoluzione a cui si è assistito nel corso degli anni: i clienti attuali, che si tratti di privati o di imprese, si sono abituati ai nuovi canali di comunicazione, sono passati al digitale e vogliono che le loro operazioni bancarie siano effettuate il più rapidamente possibile. I nuovi prodotti e servizi dovranno dunque essere sempre più interessanti ed estendere la rete WIR rendendo ancora più dinamico il suo universo grazie a una maggiore trasparenza.

« Il sistema WIR ha una dimensione sociale e solidale »



Economista ed esperto di media, **Hervé Dubois** è entrato alla Banca WIR nel 1995 come responsabile della comunicazione. Ne conosce tutti i meccanismi e l'intera evoluzione. Ormai in pensione, viene regolarmente invitato a tenere conferenze per parlare della sua « fascinazione » per WIR. « Fascination-WIR » è anche il titolo del testo che ha scritto in occasione degli ottant'anni della banca.

Intervista a cura di Flavia Giovannelli

— Nel suo libro, come dice del resto il titolo, parla della « fascinazione » che esercita su di lei la Banca WIR: da dove nasce questa fascinazione ?

Per capire bene bisogna risalire alle origini. Lanciata durante la Grande depressione, la moneta WIR esiste dal 1934. È il frutto dell'immaginazione di due visionari uomini d'affari svizzeri, Werner Zimmermann e Paul Enz. Il sistema WIR ha in seguito attraversato tutte le trasformazioni della guerra e del dopoguerra adattandosi alla buona congiuntura, ma mostrandosi ancora più utile durante i periodi di recessione. Bernard Lietaer, uno dei fondatori dell'euro, che conosce bene il WIR, è convinto, non a caso, che queste monete complementari – soprattutto regionali – siano le sole a poter far uscire dalla spirale del debito i paesi poveri. C'è dunque una dimensione idealista nel progetto.

— Esistevano altre monete di questo tipo, lanciate durante la recessione, che oggi sono scomparse. Perché il WIR ha resistito ?

Penso che la moneta WIR sia sopravvissuta grazie al fatto che nel 1936 le è stata accordata una licenza bancaria. È paradossale, perché da parte

delle autorità non era certo un regalo! Loro pensavano in questo modo di sottomettere l'istituto alla legge sulle banche e di controllare il suo sistema. A distanza di tempo invece un simile evento si è rivelato benefico.

— Il WIR tuttavia non è molto noto al grande pubblico: come mai ?

Le ragioni sono varie, la prima è che questa moneta si rivolge alle imprese e non ai privati. Il suo scopo è favorire un circuito chiuso preferenziale per moltiplicare gli scambi tra i membri. Le piccole strutture, altrimenti isolate, sono quelle che ne approfittano maggiormente. E infine il WIR è radicato più in certe regioni che in altre, come nel Mittelland, e lontano dai grandi centri urbani.

— Lei è comparso nel film *Domani* (Demain), di Cyril Dion e Mélanie Laurent: ci parli di questa esperienza !

Beh, io avevo addirittura dimenticato che l'équipe diretta da Cyril Dion era venuta a Basilea per intervistarmi, perché poi non avevo avuto più notizie del film. Quando alcuni amici mi hanno detto di avermi visto sono rimasto molto sorpreso!

— Pensa che WIR potrà continuare a svolgere il suo ruolo a favore di un'economia solidale ?

Il WIR evolve in maniera parallela al franco svizzero, pur essendo un sistema monetario privato che funziona a circuito chiuso, tra i suoi membri, che sono circa 60.000. La sua forza deriva dal fatto di essersi sviluppato nel cuore del sistema economico e sociale della Svizzera.



La Banca WIR, è già « Domani »!

Una banca che propone un diverso sistema di finanziamento per le PMI: che cosa si poteva trovare di meglio si devono essere detti Mélanie Laurent e Cyril Dion cominciando a lavorare al loro film, Demain, che racconta sotto forma di road-movie tutte le iniziative originali che permettono di immaginare un'altra forma di organizzazione sociale. Per girare il capitolo dedicato al sistema monetario, il regista è dunque andato a Basilea, dove si trova la sede di WIR. E dalle immagini risulta chiaro che Wir è un modello davvero ispiratore per questo documentario premiato con un César nel 2016.

È proprio necessario ripetere senza fine che il mondo corre verso la propria distruzione, per colpa dell'essere umano, ed enumerare le numerose catastrofi, naturali o no, che ci attendono? Un approccio come questo non porta a molto, hanno pensato Cyril Dion, attivista «verde», e l'attrice Mélanie Laurent. Ecco perché hanno scelto di andare per la strada opposta e cercare di raccontare ciò che la società umana potrebbe essere domani – da qui il titolo – mettendosi alla ricerca di possibili soluzioni e buone pratiche ispiratrici ai quattro angoli del pianeta.

La loro prospettiva è insolita anche per la forma scelta. I due autori infatti non puntano solo su un messaggio forte, ma anche sull'emozione e la bellezza. La voce fuori campo di Mélanie Laurent serve da filo conduttore per lo spettatore e riassume le varie situazioni prima di passare alla tappa seguente. I capitoli infatti hanno una successione logica articolata in cinque parti: agricoltura, energia, economia, educazione e democrazia.

Nel capitolo che tratta del finanziamento delle imprese al di fuori del sistema monetario tradizionale, troppo speculativo, Cyril Dion ha deciso di parlare della Banca WIR. Per questo è andato a Basilea: per capire come è stato possibile creare questo sistema durante la Grande depressione e soprattutto come può essere ancora utile nel mondo attuale – e futuro. Oggi, il fatto che il motore delle nostre economie sia il denaro creato da banche private attraverso l'indebitamento è un vero problema. Oggi, un quarto delle PMI in Svizzera utilizza il WIR.



Ma che cos'è il WIR?

Il WIR è una moneta virtuale, parallela al franco svizzero, che permette a più di 60.000 PMI elvetiche di ottenere credito a condizioni vantaggiose ampliando la propria clientela. Immaginiamo per esempio una tipografia che dà lavoro a una ventina di persone. Il capo e i collaboratori mangiano regolarmente presso un ristorante a sua volta membro del sistema che pagano dunque in WIR.

Il ristorante può così veder aumentare il proprio fatturato ma anche pagare i fornitori in WIR, se sono dei membri, e così di seguito, in un circuito chiuso.

La gastronomia per i giovani

Nel 2007 il comitato vallesano della Settimana del Gusto ha lanciato l'idea dei buoni pasto gastronomici per i giovani. Oggi, nella maggior parte dei cantoni romandi, in Ticino, nei Grigioni e nel cantone di Berna, i giovani tra i 16 e i 25 anni possono scoprire grandi ristoranti e cibi raffinati con una spesa di soli 60 franchi.



Oggi, in tutti i cantoni romandi, in Ticino, nei Grigioni e nel cantone di Berna, con una spesa di soli 60 franchi, i giovani tra i 16 e i 25 anni (18-25 in Ticino e nella Svizzera tedesca) possono scoprire grandi ristoranti e cibi raffinati.

L'iniziativa, il cui successo è stato immediato, suscita l'entusiasmo dei ristoratori, che possono così accogliere una nuova clientela, e dei giovani, che in questo modo hanno accesso più facilmente alla grande gastronomia.

I cantoni di Berna, Friburgo, Ginevra, Grigioni, Giura, Neuchâtel, Ticino, Vaud e Vallese propongono una vasta scelta di ristoranti. E dato che su una buona tavola non può mancare un buon vino, le associazioni viticole cantonali sostengono l'operazione offrendo 2 dl di vino in accordo con il menu da quattro portate.

L'occasione sognata da tutti i giovani epicurei per iniziarsi all'arte della gastronomia!

Prenotate dal 15 agosto sul sito www.gout.ch



Una buona alimentazione per tutti

Uniterre ha lanciato l'iniziativa «Per la sovranità alimentare. L'agricoltura riguarda noi tutti» per suscitare un dibattito sull'importanza di partecipare ai processi politici e decisionali che riguardano le questioni più importanti legate alla nostra alimentazione.

Le firme necessarie sono state depositate il 30 marzo 2016. Con una modifica costituzionale vogliamo far sì che le preoccupazioni e le richieste della popolazione siano finalmente prese sul serio. L'espressione sovranità alimentare sembra indicare qualcosa di complesso. Ma si tratta sempre di soluzioni molto pratiche e concrete. L'iniziativa mostra per quali vie dalla politica agricola può

emergere una politica che punti a garantire un'alimentazione sostenibile e sana.

Le rappresentanti e i rappresentanti politici a Berna fissano a un ritmo frenetico (ogni 4 anni) i singoli aspetti della politica in campo agricolo impedendo così un cambiamento di rotta. L'iniziativa vuole rafforzare la produzione svizzera senza per questo danneggiare altri paesi. La produzione di generi alimentari, in Svizzera e nel mondo, è preda di una sfrenata spinta alla crescita che porta a costanti esportazioni e importazioni, e a un aumento di spedizioni di merci via terra, aria e acqua con trasporti sempre più lunghi e insensati. Noi vogliamo sapere da dove viene il cibo che

mangiamo e come è stato prodotto. Per questo ci vuole trasparenza e un'etichettatura chiara delle derrate alimentari. Il Rapporto mondiale sull'agricoltura contiene una frase che va dritta al punto: «non si può più andare avanti così». Dobbiamo cambiare direzione e modificare radicalmente il nostro modo di pensare. Ne va dell'acqua, della terra, delle sementi e della nostra salute.

Per ulteriori informazioni:

www.souverainete-alimentaire.ch/in/fr



L'agricoltura ecologica ai Tropici

Testo, Sophie Dorsaz — Foto, DR.

Da tempo ben note alle nostre latitudini, ai Tropici le potenzialità dell'agricoltura ecologica sono ancora allo studio. La Direzione dello sviluppo e della cooperazione (DSC) sostiene vari programmi di ricerca che comparano i metodi di produzione convenzionali e bio.

La Svizzera è uno dei paesi leader nel campo dell'agricoltura biologica e sostiene vari metodi di produzione favorevoli alla natura e all'ambiente. Oltre a registrare l'11% di terreni coltivati secondo sistemi biologici, promuove la diversità delle specie e degli habitat naturali e la protezione delle risorse naturali. Svolge infine un ruolo chiave nella ricerca sull'agricoltura biologica i cui primi passi risalgono agli anni Ottanta. «Questi modi di produzione che trent'anni fa si credevano impossibili oggi hanno mostrato di avere dei vantaggi, e i benefici per l'ambiente sono visibili. Il nostro ruolo è ora quello di estendere le ricerche a livello internazionale», osserva Christina Blank, responsabile dei progetti agro-ecologici della Direzione dello sviluppo e della cooperazione (DSC).

Su scala mondiale solo l'1% dei terreni è coltivato in maniera biologica e questo 1% è concentrato nei paesi del nord. Nonostante i successi regolarmente attribuiti alle aziende biologiche non esistono studi che puntino a dimostrare che potrebbero essere la soluzione ideale per le popolazioni del sud non solo in termini di costi di produzione e rendimento, ma anche di qualità della vita e sicurezza alimentare. Per ovviare a questa mancanza di prove scientifiche, la DSC sostiene finanziariamente vari progetti condotti dall'Istituto di ricerca dell'agricoltura biologica (FiBL) che ha sede a Frick, in Argovia.

Un primo studio intitolato «SysCom» mette a confronto la produttività tra colture biologiche e convenzionali in Kenya, in India e in Bolivia, prendendo in considerazione il piano agronomico,

ecologico ed economico. Un secondo programma, «ProEcoAfrica», si prefigge di elaborare prove scientifiche tramite un'analisi comparata dei sistemi di produzione utilizzati dai piccoli coltivatori del Ghana e del Kenya esaminati da un punto di vista socioeconomico. «L'essenziale alla fine è che gli agricoltori possano informarsi e scegliere liberamente i metodi più convenienti per loro a seconda delle condizioni di vita e di produzione», aggiunge Christina Blank.

In Kenya, in India e in Bolivia : il biologico alla prova

Ai Tropici le condizioni di produzione dell'agricoltura biologica sono molto diverse da quelle europee. Determinati metodi molto utilizzati da noi, come le colture coperte o la pacciamatura, sono difficilmente esportabili nei climi secchi a causa della mancanza di acqua,

mentre nelle zone umide aumentano i rischi di diffusione di malattie dato che la fase di crescita delle piante si estende per tutto l'anno. «A tutto ciò bisogna aggiungere un'altra grande differenza: i sussidi accordati agli agricoltori bio in Europa, che non esistono affatto o sono molto rari nei paesi del sud», dice Monika Schneider, capo progetto al Dipartimento della cooperazione internazionale del FiBL. A partire da queste considerazioni, nel 2007 è stato avviato uno studio comparato tra colture biologiche e convenzionali relativo alla produzione di cacao in Bolivia, di cotone in India e di mais e legumi in Kenya che coinvolge produttori locali, istituti di ricerca, università, autorità politiche e aziende alimentari.

Oggi i dati raccolti permettono di cogliere le prime tendenze. «In Bolivia per esempio la produzione di cacao con selvicoltura ecologica ha evidenziato un interessante rapporto tra rendimento e lavoro. In India le nostre ricerche dimostrano che nonostante una resa leggermente inferiore gli introiti lordi del cotone biologico sono uguali o superiori a quelli del cotone prodotto in maniera convenzionale. In Kenya infine la cultura del mais bio comincia ad avere un buon rendimento dopo il quinto o il sesto anno di produzione», spiega Monika Schneider. Ma le ricerche non sono ancora finite, lo studio dovrebbe durare una ventina d'anni per identificare con maggiore precisione i vantaggi e gli svantaggi dei diversi metodi.

Comparare per maggiore sicurezza

Nel Ghana e in Kenya la DSC sostiene il progetto del FiBL denominato «ProEcoAfrica» che si concentra più specificamente sulle conseguenze socio-economiche dei sistemi di produzione convenzionali e biologici. A questo scopo vengono effettuate interviste a circa 1700 produttori in zone umide e semi-aride dei

due paesi per confrontare la produttività e la redditività delle varie colture.

«Alla fine del progetto i piccoli coltivatori disporranno così di maggiori informazioni sulle tecniche di produzione delle derrate alimentari più adatte a far fronte ai problemi climatici», dichiara Irene Kadzere, coordinatrice del progetto per il FiBL. Per il momento i ricercatori non possono ancora trarre delle conclusioni dal programma, in fase di attuazione dal 2013. «ProEcoAfrica» si è tuttavia già rivelato interessante per le donne attive in ambito agricolo spesso

svantaggiate rispetto ai loro omologhi di sesso maschile nell'accesso alle informazioni, alle risorse e alle opportunità di marketing. «In questi paesi più del 60% dei produttori sono donne. Gli sviluppi e i miglioramenti nell'agricoltura hanno un effetto diretto sul loro benessere e su quello delle loro famiglie», conclude Irene Kadzere.

La DSC e l'Unione africana insieme per l'agricoltura biologica

Oltre a sostenere i progetti del FiBL in Bolivia, Kenya, Ghana e India, la Direzione dello sviluppo e della cooperazione ha deciso di allearsi con l'Unione africana per incentivare l'uso di metodi di produzione ecologici in otto paesi africani. L'iniziativa EAO (Ecological Organic Agriculture) mira a sensibilizzare i responsabili politici in merito alla produzione integrata e alla tutela dell'ecosistema in tutta la sua diversità e a incidere sui sistemi di produzione nazionali, sulle politiche agricole pubbliche e sui piani di investimento oltre che sulle pratiche di informazione e sull'organizzazione dei mercati. L'obiettivo è migliorare la sicurezza alimentare delle famiglie e il reddito dei piccoli produttori garantendo la sostenibilità ambientale della produzione.





DER OPTIMALE WEG ZUR ERFOLGREICHEN PUBLIKATION.

Das Erstellen von Medien beginnt bei uns schon lange vor dem Druck. Und geht weit darüber hinaus. Denn als innovatives Unternehmen optimieren wir nicht nur Abläufe, sondern sind dank unserer Infrastruktur auch in der Lage, sämtliche Leistungen inhouse zu erbringen. Nicht zuletzt, um die elektronische und die gedruckte Welt schneller und enger miteinander zu vernetzen. Perfektionieren auch Sie Ihre Abläufe, wir helfen Ihnen gerne dabei.

www.swissprinters.ch

SWISSprinters
Premedia – Druck – Verlagsservices

CHAMBRE DE COMMERCE SUISSE



POUR LA BELGIQUE ET LE GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

Créée en 1898, la Chambre de Commerce Suisse pour la Belgique et le Grand-Duché de Luxembourg a son siège à Bruxelles. Elle est une plate-forme de rencontres entre les milieux belge, européen, luxembourgeois et suisse aussi bien dans les domaines économique, politique que culturel.

Son Conseil d'administration réunit les représentants des principales entreprises et associations helvétiques présentes en Belgique et au Grand-Duché de Luxembourg. Devenir membre permet un accès facile à ces différents milieux.

Notre chambre de commerce organise une dizaine d'événements par an, dont, de manière régulière, un cocktail d'été au mois de juin et un dîner de Noël au mois de décembre, tous deux en Belgique, ainsi qu'un cocktail de Nouvel an au mois de février à Luxembourg. Par ailleurs, les membres reçoivent gratuitement notre revue annuelle, le Swissnews.

La Chambre de Commerce Suisse pour la Belgique et le Grand-Duché de Luxembourg ne reçoit aucune subvention publique. Elle vit des cotisations et des dons de ses membres.

Rejoignez-nous...

Je soussigné, demande à être admis à la Chambre de Commerce Suisse pour la Belgique et le Grand-Duché de Luxembourg en qualité de

- Personne physique membre (cotisation annuelle de 100 €)
- Personne physique membre protecteur (cotisation annuelle de 250 €)
- Société membre (cotisation annuelle de 250 €)
- Société membre protecteur (cotisation annuelle de 1500 euros)

et m'engage à verser la somme correspondant à ma cotisation annuelle sur le compte IBAN BE27 4352 2517 5173 - BIC KREDBEBB ouvert auprès de la KBC Banque Bruxelles Congrès.

Nom et prénom ou raison sociale et personne de contact

.....

Adresse

.....

Tél. Fax

E-mail

Profession et branche principale d'activité

.....

Date Signature

A retourner par fax : +32 2 649 80 19 ou
par mail : info@chambredecommercesuisse.com

Il pane: semplice ma mai banale!

Bianco, integrale, con i semi o con la frutta: il pane affascina nella sua diversità. Fourchette verte pone questo versatile ingrediente sotto i riflettori.

A fette, nella zuppa, per un kebab o un panino: gli svizzeri divorano 50 kg di pane all'anno. Dalla colazione alla cena, è presente a tutti i nostri pasti, o quasi. Quest'anno la Federazione Fourchette verte Svizzera mette al centro dell'attenzione questo essenziale, quanto mai banale, alimento.

Malgrado la sua importanza, vi sono delle malelingue che dicono che il pane fa ingrassare. «Sono più di 20 anni che cerchiamo di dimostrare la falsità di questa affermazione», risponde Laurence Margot, dietista e coordinatrice di Fourchette verte Vaud. «Mangiare pane, significa mangiar sano!» Oltre ai carboidrati (amido), il pane contiene dal 7 al 9% di proteine e solo l'1% di grassi. Inoltre, se preparato con l'aggiunta di semi (lino, girasole), di noci o nocciole, apporterà preziosi acidi grassi insaturi.

Tuttavia, non è necessario rinunciare totalmente alla treccia della domenica, secondo Aline Hentzi, dietista e coordinatrice di Fourchette verte Giura bernese. «Incoraggiamo la curiosità e il piacere di mangiare variato.» E in Svizzera ce n'è per tutti i gusti: la corona di segale grigionese, il pane ticinese, ... esistono oltre 200 qualità diverse.

E il glutine? Questo componente naturale del grano, responsabile dell'elasticità della pasta, è spesso accusato di causare ogni sorta di male. Fourchette verte non consiglia però di rinunciare, se non in caso d'intolleranza o allergia confermata a uno dei componenti. «Il semplice

— Per iniziare i bambini al piacere della mollica e della crosta, niente di meglio che invitarli a «mettere le mani in pasta»!

fatto di variare la propria alimentazione, scegliendo ad esempio pane di segale, spelta o a base di farina di castagne, permette di alternare il tenore il glutine», sottolinea Laurence Margot. «Ogni pane avrà un sapore e una consistenza specifica!»

Prodotto fortemente simbolico, il pane riflette le abitudini culturali di ogni regione. In svizzera tedesca, dove si predilige bigio o nero, è l'ingrediente base del famoso «caffè e latte», il pasto serale a base di pane, formaggi e salumi.

In Romandia si consuma perlopiù pane bianco ed è sovente presente in tavola, come nella Svizzera italiana; un'abitudine presa in considerazione anche nei menu Fourchette verte.

Per iniziare i bambini al piacere della mollica e della crosta, niente di meglio che invitarli a «mettere le mani in pasta»! «Cuocere il pane è un'attività ludica che funziona molto bene», spiega Aline Hentzi. «Permette di capire come il grano si trasforma in farina e infine pane.» E di capire che le michette non crescono nei negozi!

Al momento di gustare il proprio panino caldo appena sfornato, un pensiero va agli egizi che hanno messo a punto questa ricetta ottomila anni fa. Una deliziosa invenzione!

PIATTO PRINCIPALE

2 PERS.



25 MIN.



40 MIN.



Gratin di « pane raffermo e verdure »

1 teglia 20x20 cm

150-200g 150-200 g di pane del giorno precedente o più vecchio (p.es. pane di segale, pane bigio, ecc.)

ca. 2 dl di brodo caldo

1 dl di vino bianco

200 g di coste di bietola, tagliate a fettine

200 g di pomodori, tagliati a cubetti

100g di carote viola, tagliate a bastoncini

1-2dl di latte

2 uova

1/2 mazzetto di prezzemolo, tritato

1 spicchio di aglio, schiacciato

60g d'Étivaz AOP*, grattugiato sale, pepe, noce moscata

1 c.s. d'olio di colza HOLL

Tagliare il pane a pezzetti o fettine fini e lasciarlo per 15 minuti a bagno con il brodo e il vino.

Soffriggere le coste di bietola e le carote in una padella antiaderente con l'olio di colza HOLL per 5 minuti. Condire con pepe, noce moscata e molto poco sale. Togliere dal fuoco.

Mescolare il latte e le uova, il prezzemolo e l'aglio. Aggiustare di sale.

Sgocciolare il pane e metterlo nella teglia, coprirlo con le verdure saltate in padella e i pomodori. Ricoprire con la miscela di latte e uova e terminare con il formaggio grattugiato. Cuocere 20-30 minuti nella parte inferiore del forno preriscaldato a 200°C.

*Una ricetta
Fourchette
verte*

*o un altro formaggio a pasta dura, possibilmente DOP



Cliniche Bois-Cerf e Cecil

Gastronomia e salute con Carlo Crisci

Lo chef del ristorante Le Cerf, a Cossonay, collabora da 13 anni con Hirslanden a Losanna: come aggiungere qualche stella nei piatti dei pazienti delle cliniche Bois-Cerf e Cecil...

Seduti a tavola faccia a faccia nella grande sala da pranzo della Clinica Cecil, Carlo Crisci, Olivier Besnier, lo chef delle cucine delle cliniche Bois-Cerf e Cecil, e Damien Foliard (chef della cucina di Bois-Cerf), fanno il punto sui menu delle due settimane successive. Lo chef stellato del ristorante Le Cerf, a Cossonay, è un consulente delle cucine dell'istituto dal 2006. «Avevo collaborato brevemente con l'ex chef delle cucine Pascal Pichand, alcuni anni alcuni anni prima, nell'ambito della Settimana del Gusto», racconta. «Quando ho deciso di fare consulenze gli ho proposto i miei servizi. La sua reazione è stata entusiastica e l'avventura è cominciata...».

Uno sguardo esterno

13 anni più tardi la collaborazione è ben roduta. E gli incontri tra Carlo Crisci e i due chef di cucina si svolgono tutti i martedì. «Do consigli e suggerimenti utili per la composizione dei menu», riassume il consulente.

Ogni volta viene passato in rassegna un elenco di 56 menu differenti, due per pa-

sto considerando due pasti al giorno per due settimane. «La cosa più difficile è evitare le ripetizioni», spiega lo chef esecutivo. Anche se la durata media di soggiorno dei pazienti non supera i tre giorni, si sforza di cambiare dal 10 al 30% delle proposte ogni due settimane in modo che in caso di degenze lunghe i pazienti non mangino due volte la stessa cosa. Il ruolo di Carlo Crisci? «Offrire uno sguardo esterno, nuovo».

«Non necessariamente critico», osserva il consulente. L'elaborazione dei menu in una clinica deve rispettare molti vincoli, in particolare dietetici. «Le proposte vengono trasmesse alla dietologa e noi dobbiamo sempre immaginare un menu particolarmente leggero a ogni pasto», aggiunge Olivier Besnier.

Coccolare le papille gustative dei pazienti

In questo contesto ospedaliero si tratta inoltre di ricordare sempre che i pasti vengono serviti a malati o convalescenti. «Nella maggior parte dei casi si tratta per loro dell'unico piacere della giornata», dice Carlo Crisci. «Bisogna concen-

trarsi su piatti classici e ben fatti per rassicurarli e coccolarli. Non si tratta di sorprenderli né di metterli un po' sotto sopra, come faccio nel mio ristorante». Lo stesso vale per la scelta dei fornitori. «Non propongo necessariamente a Olivier quelli con cui collaboro abitualmente», continua. «Prendiamo il pane, per esempio, in questo caso è meglio una mollica particolare, meno densa».

Altro vincolo importante: il trasporto dei piatti fino alle camere. «Al Cerf, il piatto viene messo davanti all'ospite 35 secondi dopo che ha lasciato la cucina. Qui ci vogliono 15 minuti», fa osservare Carlo Crisci. Tutte sfide da affrontare e dettagli da prendere in considerazione per garantire la qualità delle pietanze servite ai pazienti. E un modo per consolidare ulteriormente la reputazione delle prestazioni alberghiere delle cliniche Bois-Cerf e Cecil



Foto in alto a destra: Carlo Crisci, a sinistra, Olivier Besnier, al centro, e Damien Foliard, a destra.

Le cucine di Hirslanden a Losanna in cifre

2

cucine aperte 365 giorni all'anno dalle 6 alle 19

1

chef responsabile delle cucine della Clinica Bois-Cerf e della Clinica Cecil (Olivier Besnier)

1

chef di cucina alla Clinica Bois-Cerf (Damien Foliard)

33

collaboratori nelle due sedi

500-550

pasti serviti ogni giorno ai pazienti e ai collaboratori

56

menu pianificati ogni due settimane

2

menu a scelta a ogni servizio

Stevia: l'amarezza dei Guarani

Mentre i giganti del settore agroalimentare accumulano grandi profitti vendendo prodotti «dolcificati con la stevia», i Guarani non traggono alcun beneficio dall'utilizzo del loro sapere ancestrale. L'ONG Public Eye cerca di mettere fine a questa ingiustizia.

La storia della scoperta delle virtù dell'«erba dolce», chiamata «Ka'a he'» dai Guarani, si perde nella notte dei tempi. Ancora oggi i Guarani del Brasile e del Paraguay usano le foglie di stevia per dolcificare il loro mate e per curarsi. Più edulcorante

— I prodotti presentati come "dolcificati con la stevia" sono, in effetti, edulcorati con "glicosidi steviolici".

dello zucchero, povera di calorie e inoffensiva per i denti, questa pianta avrebbe anche effetti benefici per il cuore e la pressione arteriosa.

A causa della mancanza di attività fisica e del fenomeno del «junk food» le nostre società si trovano ad affrontare gravi problemi di salute pubblica, come il

sovrappeso o il diabete. Non stupisce dunque che in questo contesto l'industria agroalimentare si sia messa a commercializzare questo «dolcificante naturale» sostenendolo con grandi campagne pubblicitarie. Dalla versione «verde» della Coca-Cola all'Assugrin, passando per marmellate, caramelle e bevande gasate, decine di nuovi prodotti, venduti decantando la loro dolcezza «naturale», hanno inondato il mercato. Ma come per tutte le storie troppo belle per essere vere, la realtà non è così «verde» come sembra.

Amaro e tutto fuorché naturale

Innanzitutto i prodotti «dolcificati con la stevia» sono, in effetti, edulcorati con «glicosidi steviolici», molecole estratte con un procedimento chimico complesso a partire dalle foglie di stevia e poi aggiunte al prodotto finale sotto forma di polvere. Non si tratta dunque di un ingrediente così «naturale» come vorrebbero farci credere; l'Ufficio federale della sanità pubblica vieta del resto che i glicosidi steviolici siano presentati in questo

modo. Altro problema: questi glicosidi hanno un retrogusto amaro che rende difficile il loro uso in grandi quantità. La Coca-Cola «Life», per esempio, contiene quasi due terzi di zucchero, l'equivalente di undici zollette per mezzo litro di bevanda!

Da alcuni anni l'industria agroalimentare cerca di ovviare a questo inconveniente passando per la biologia di sintesi. L'impresa svizzera Evolva, per esempio, è sul punto di produrre glicosidi steviolici senza retrogusto amaro utilizzando dei lieviti geneticamente modificati che eliminano anche la necessità di utilizzare le foglie di stevia. Si tratta di capire se le multinazionali del settore avranno l'ardire di spacciare come «naturali» prodotti dolcificati con glicosidi di sintesi.

Un caso di «biopirateria»

La storia della pianta dolce lascia in bocca anche un altro gusto amaro. I Guarani, che hanno scoperto le virtù edulcoranti della stevia, non traggono alcun vantaggio dalla commercializzazione della



Luis Arce, capo di una comunità guarani del Paraguay, difende i diritti del suo popolo.



Mentre le grandi multinazionali traggono grandi profitti dalla stevia, la vita dei Guarani resta precaria.

«loro pianta». La Convenzione delle Nazioni Unite sulla diversità biologica prevede però chiaramente che le popolazioni autoctone diano il loro consenso all'utilizzo commerciale delle risorse da loro scoperte e possano beneficiare di una ripartizione equa degli eventuali guadagni. Concretamente ciò significa che per qualsiasi utilizzo commerciale della stevia, o dei glicosidi steviolici, i Guarani – come gli Stati del Brasile e del Paraguay – dovrebbero ricevere la loro parte. In caso contrario si parla di «biopirateria»: un'appropriazione illecita di risorse naturali e di sapere tradizionale. Per i Guarani l'applicazione di queste disposizioni è ancora allo stadio di rivendicazione.

Spesso, anzi, i Guarani sono vittime di discriminazione e di persecuzione, quando non vengono addirittura espulsi dalle loro terre per permettere di ingrandire continuamente le piantagioni di canna da zucchero – proprio per rispondere alle richieste di zucchero di quelle stesse imprese che si arricchiscono con la stevia.

Segnali incoraggianti

Ma la storia non è ancora finita e ci sono segnali incoraggianti da quando l'ONG svizzera Public Eye (nota finora con il nome di «Déclaration de Berne») e i suoi partner hanno pubblicato il rapporto «Stevia, una dolcezza dal gusto amaro». Alcuni marchi svizzeri come Henniez e Goba hanno per esempio deciso di non mettere più in primo piano il carattere «naturale» delle loro bevande dolcificate con i glicosidi steviolici. In Paraguay i rappresentanti delle comunità guarani si sono riuniti di recente per organizzarsi e far valere – con il sostegno di Public Eye e dei suoi partner – i loro diritti alla condivisione dei guadagni. Non tollerano più che multinazionali come Coca-Cola o Cargill possano sfruttare il loro sapere tradizionale senza neppure averli consultati.

Per seguire l'evolversi della situazione:
ladb.ch/stevia ou publiceye.ch



● Déclaration de Berne

Spinta dalla volontà di agire per difendere gli interessi delle popolazioni più deboli, Public Eye lotta, in Svizzera, per un mondo più giusto. Con inchieste e campagne Public Eye chiede il rispetto dei diritti umani da parte delle imprese.

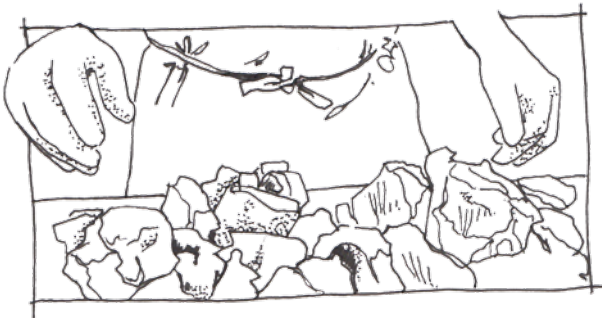
La salsiccia da cuocere alla griglia

Una deliziosa tradizione

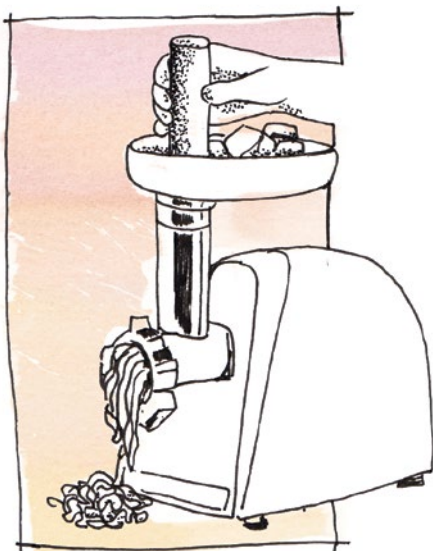
Grande appassionato di fisarmonica, André Vidonne è anche un virtuoso della macelleria e della salumeria. Ha cominciato a esercitare la propria arte nel 1963 alla «Boucherie du Palais» nelle vicinanze dell'ex «Palais des expositions» di Ginevra. Dal 2015 ha scelto di entrare a far parte del gruppo familiare Suter Viandes dove continua a praticare il suo mestiere con passione e a elabo-

rare prodotti d'eccezione, premiati ai concorsi, come il suo squisito paté Richelieu in crosta. La salsiccia destinata a essere cotta alla griglia è una delle irrinunciabili delizie di questo macellaio dal grande cuore che ne condivide con piacere la ricetta per fare della sua degustazione un momento di estrema felicità. Per una cottura perfetta, André ci svela il suo segreto: cuocere per cinque minuti la salsiccia nell'acqua portata a bollore per stabilizzare il grasso e poi passarla nella padella per grigliare insieme alla quantità desiderata di cipolle tritate. Cuocere per qualche istante e aggiungere vino bianco, continuare poi la cottura a fuoco lento per 15 minuti girando regolarmente la salsiccia. Servire con purè di patate fatto in casa.

1. Prendere la quantità desiderata di carne (spalla e guanciale di maiale). Il guanciale è la parte grassa della guancia del maiale. Le proporzioni: 70% di carne magra 30% di carne grassa.

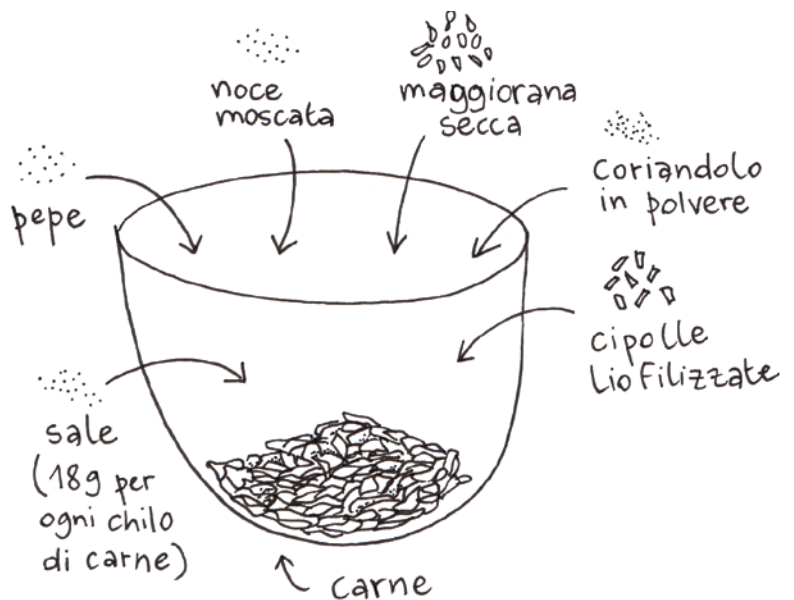


2. Passare la carne nel tritacarne (griglia con fori del diametro di 5 millimetri).



3. Aggiungere le spezie e il sale. Quantità: secondo i gusti.

4. Mescolare bene la carne tritata e le spezie. Impastare per 10 minuti con un robot da cucina.



La salsiccia, una lunga storia

I nostri salumieri di talento portano avanti una lunga tradizione. Nella sua Odissea, Omero già parlava della salsiccia: carne tritata e salata che in seguito in latino si chiamerà salcisius. Ma ben prima dei romani, già i sumeri a Babilonia preparavano un piatto fatto di carne cotta in uno stomaco di capra. La lachang, la salsiccia cinese, a base di carne di capra e di agnello, è la prima salsiccia menzionata nel 589 a. C. Molti libri attestano che le salsicce erano già popolari tra gli antichi greci e i romani. Gli

storici del settore spiegano questa popolarità con il fatto che è facile da dividere in porzioni e trasportare. Ma solo nel corso dell'ultimo millennio la fabbricazione di salsicce è diventata un vero e proprio mestiere, un'arte influenzata dalla disponibilità degli ingredienti sul mercato e dalla personalità dei maestri salumieri.

Fonti: fr.wikipedia.org/wiki/Saucisse; l'Encyclopédie de la Charcuterie, Alain Juillard & Jean-Claude Frenzt, Editions Maé-Erti, 2004.

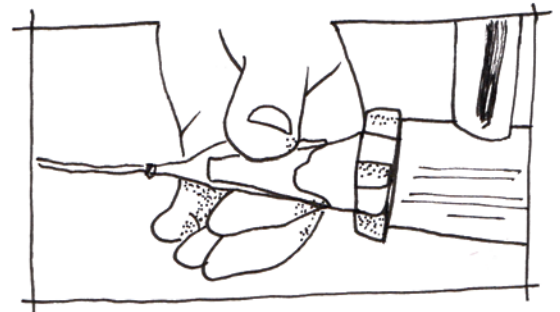
Le star della salsiccia in Svizzera	2013	2014	2015
Salsiccia da grigliare	10.827 tonnellate	11.097 tonnellate	11.669 tonnellate
Cervelat	10.287 tonnellate	10.359 tonnellate	10.604 tonnellate
Wienerli	6.632 tonnellate	6.364 tonnellate	6.869 tonnellate

Source: Proviande

- 5.** Mettere la carne nel robot con l'accessorio per la preparazione di salsicce.



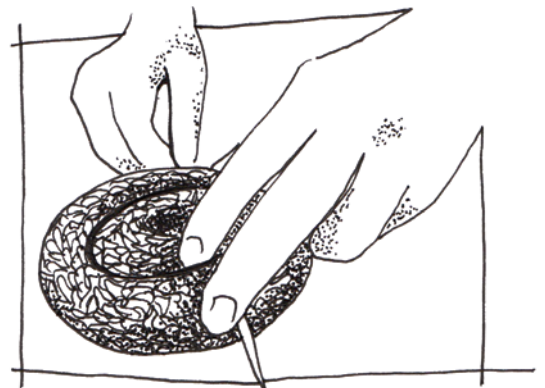
- 6.** Inserire il budello (intestino tenue) sull'accessorio per la preparazione di salsicce: 1 chilo di carne per 1 metro di salsiccia. La porzione ideale è di 160 g. a persona. 1 budello intero permette di ottenere 7-8 metri di salsicce.



- 7.** Preparare le salsicce (in porzioni singole o più lunghe: salsiccia arrotolata).



- 8.** Chiudere le porzioni con dei nodi o inserire gli spiedi di legno per fermare la salsiccia arrotolata.



ESPACE GRUYÈRE

Goûts et Terroirs

LE SALON SUISSE DES SAVEURS AUTHENTIQUES

28 OCTOBRE
1^{er} NOVEMBRE 2016

BULLE



AVEYRON
VIVRE VRAI

NEUCHÂTEL
VINS • TERROIR

SWISSBAKERY
TROPHY

GOUTS & TERROIRS

GOUTS-ET-TERROIRS.CH

Plaisirs


gastronomie & voyages

Depuis 1958

Abonnez-vous!

Abonnez-vous ou offrez un abonnement de 1 an au prix de Fr. 80.- et recevez chez vous 6 numéros de Plaisirs Gastronomie & Voyages + le guide La suisse gourmande / Guide Bleu (disponible également en librairie au prix de Fr. 49.-)

Plaisirs Gastronomie Magazine
Longschamps 2 – CH-2068 Hauterive
Tél. 032 841 72 53 – Mobile 079 755 95 54



Belles recettes pour poissons d'eau douce

Titre: Comme un phare en pleine mer
Illustration: Benoît Violier
CHF 8.50
10^e édition: Août à Mai 2016

«Le salon du bon goût»

SLOW FOOD MARKET

18 – 20 novembre 2016
MESSE ZÜRICH | Halle 3+4
www.slowfoodmarket.ch
Ve 12h - 21h, Sa | Di 10h - 19h

borowski.ch

Promoteur et partenaire :  Slow Food Market


Presenting sponsor :  coop

Partenaire médias : **SonntagsZeitung**

Partner:  OIKO CREDIT

Exposition spéciale :  DELINAT

Pas de bonne bouffe sans paysans!



uniterre
www.uniterre.ch

STOP OGM

www.stopogm.ch

Alliance suisse pour une agriculture sans génie génétique

Nous réalisons un travail critique et indépendant sur le développement et les impacts du génie génétique sur l'agriculture, l'élevage, l'environnement et la santé.

Nous nous engageons pour une Suisse sans OGM et pour la souveraineté alimentaire.

Le travail de notre association est entièrement financé par vos cotisations et vos dons.

Engagez-vous et rendez possible nos actions! Merci pour votre soutien.

SIMPLE PLUS

global food & beverage communication agency

Mit Hilfe von **SIMPLE PLUS**, der Full-Service-Agentur für Ess- und Trinkkultur, ist Ihr Erfolg garantiert.

Erleben Sie einen neuen Aufschwung

Unsere Dienstleistungen umfassen:
Newsletter (D-F-E), Flyers, Broschüren, Websites, Fotografie, Videos, Grafik, Marketing, Social Media.

www.simpleplus.net

PIATTO PRINCIPALE

4 PERS.



20 MIN.



2 ORE



Chili con salsiccia

2 salsicce cotte
200 g di fagioli rossi secchi
2 peperoni rossi
2 cipolle
2 spicchi d'aglio
1 scatoletta di mais
500 g di polpa di pomodoro
2 cucchiaini di ras el hanout
(mix di spezie per couscous)
1 cucchiaino di pepe di Cayenna
1 dl di vino rosso
sale, pepe
prezzemolo liscio
2 cucchiaini di olio di girasole

Il giorno prima, mettere a bagno i fagioli secchi in molta acqua fredda.

Il giorno stesso, tagliare le salsicce a rondelle e metterle da parte.

Lavare e scolare i fagioli rossi. Farli cuocere per un'ora e mezza in abbondante acqua non salata.

Nel frattempo, sminuzzare aglio e cipolla. Lavare i peperoni, togliere i semi e tagliarli a cubetti (non troppo piccoli).

Scaldare l'olio in una padella profonda e far dorare la cipolla e l'aglio. Aggiungere le spezie e i peperoni. Lasciar cuocere a fuoco lento per una quindicina di minuti. Sfumare con il vino rosso. Aggiungere la polpa di pomodoro e cuocere per altri 15 minuti. Aggiungere i fagioli rossi sgocciolati, il mais, le rondelle di salsiccia e poi il pepe di Cayenna e il sale. Servire con un po' di prezzemolo liscio e del riso bianco.

*Una ricetta
di Manuella
Magnin*

Foto: Corinne Sporrer

La Carta

Perché una 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 del mangiar bene 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 ritemperano le proprie forze e una fonte di piacere.

La Settimana del Gusto desidera:

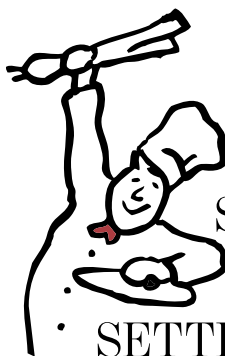
- Valorizzare la diversità dei gusti e delle culture alimentari.
- Favorire gli scambi fra le professioni del settore alimentare.
- Sensibilizzare le giovani generazioni ai piaceri del gusto.
- Rendere i consumatori più attenti alla qualità e alla stagionalità dei prodotti.
- Valorizzare le conoscenze 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.

Padrini e Madrine del Gusto

2015 Paolo Basso
2014 Carlo Crisci
2013 Vréni Giger
2012 Gérard Rabaey
2011 Martin Dalsass
2010 † Philippe Rochat
2009 Marie-Thérèse Chappaz
2008 André Jaeger
2007 Georges Wenger
2006 Irma Dütsch
2005 Fredy Girardet



SEMMAINE DU GOÛT
GENUSSWOCHE
• SETTIMANA DEL GUSTO

«Le salon du bon goût»

SLOW FOOD MARKET

10. – 12. mars 2017
Bernexpo, Halle 4

www.slowfoodmarketbern.ch

Ve 12h - 21h, Sa | Di 10h - 19h



Promoteur et partenaire :



Slow Food® CH

borowski.ch

Terre & Nature
Abonnez-vous!

Envie de nature?
Chaque jeudi, **Terre&Nature**
excite vos papilles

RETROUVEZ NOS
OFFRES D'ABONNEMENT
SPÉCIALES SUR
terrenature.ch

JARDIN • MAISON • NATURE • SAVEURS • ANIMAUX • BALADES • PROS DE LA TERRE

Pour garantir la liberté
d'expression,
vous êtes libres de soutenir
une presse libre.

Abonnez-vous
www.vigousse.ch



Spécialités du commerce équitable
Cafés, thés, chocolats, céréales, légumineuses, miels, snacks,...



Bienvenue
39 boutiques
dans toute
la Suisse romande!
www.mdm.ch



le
monde
des
épices
www.poivre.ch
le site des épices du monde

unibat



SUISSE GARANTIE Svizzera. Naturalmente.

«Deliziose prugne svizzere»



«Naturalmente fresche e sane»

www.swissfruit.ch




Il marchio dell'alimentazione equilibrata sostenuto da Promozione Salute Svizzera e dai Cantoni



www.fourchetteverte.ch



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



alimenterium

Manger – L'essence de vie
Food – The essence of life
Essen – Die Essenz des Lebens

Alimenterium
Quai Perdonnet 25
CH-1800 Vevey
www.alimenterium.org

Une Fondation Nestlé 

Laboratoire JARDIN COSMIQUE
L'espace fabuleux de l'artiste holocinétique K-soul



Concerts, séminaires, conférences, événements, soirées gastronomiques, soirées privées

Contactez-nous : 024 463 37 57
Plus d'info sur : www.jardincosmique.com

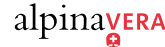
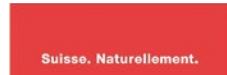
Château de Prangins. MUSÉE NATIONAL SUISSE.

DÉJEUNER SUR L'HERBE

DIMANCHE
25 SEPTEMBRE 2016
10.00 – 17.00
ENTRÉE LIBRE

Musée national suisse | Château de Prangins
Av. Général-Guiguer 3 | 1197 Prangins | T. +41 (0)58 469 38 90
www.chateaudeprangins.ch

I NOSTRI PARTNER



Le livre sur/ les quais.



IMPRESSUM

Gionalisti
Sophie Dorsaz, Flavia Giovannelli
Paul Imhof, Timo Kollbrunner, Nadia Laden
Elodie Maître-Arnaud, Manuella Magnin
Ulrike Minkner, Annick Monod,
Knut Schwander, Véronique Zbinden.
Grafica
Formaz — Andenmatten,
Marika Zisyadis.
Traduzione
Monica Fiorini, Christina Miller,
Knut Schwander, Régine Buxtorf.

Editor
Fondation pour la Promotion du Gout
Avenue Dapples 21/ CP 99
1001 Lausanne
Tel. 021 601 58 03
www.gout.ch
contact@gout.ch
presse@gout.ch
Responsable editoriale
Josef Zisyadis
Caporedattrice
Manuella Magnin

Segretariato
Giulia Onori, Barbara Schneider
Editeur
Fédération romande des
consommateurs
CP 6151, Rue de Genève 17
1002 Lausanne
Tél. 021 331 00 90
frc.ch / info@frc.ch
Responsable d'édition
Laurence Julliard

Copie
120'000 ex.
Stampa
PCL Presses Centrales SA
Av. de Longemalle 9
CH-1020 Renens



▶ ACTION SOCIALE

CULTURE ◀

100%

DES BÉNÉFICES DISTRIBUÉS À L'UTILITÉ PUBLIQUE



SOUTIEN NUMÉRO 1 DE L'UTILITÉ PUBLIQUE EN SUISSE ROMANDE.
#AVECLORO

▶ PATRIMOINE

SPORT ◀

*L'origine

*Le persone con il proprio mestiere artigianale



*Il marchio di qualità



Saucisse aux choux vaudoise IGP



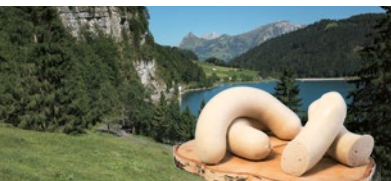
Bloder-Sauerkäse AOP



St. Galler Bratwurst IGP



Berner Alpkäse AOP e Berner Hobelkäse AOP



Glarner Kalberwurst IGP



Le Gruyère AOP



Poire à Botzi AOP



Viande séchée du Valais IGP



Damassine AOP



Longeole IGP



Sbrinz AOP



Cardon épineux genevois AOP



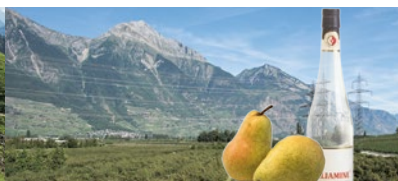
Saucisse d'Ajoie IGP



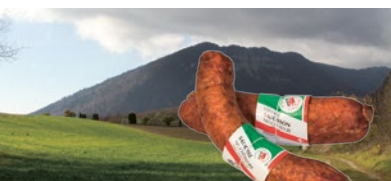
Lard sec du Valais IGP



Vacherin Fribourgeois AOP



Eau-de-vie de poire du Valais IGP



Saucisson neuchâtelois IGP



Vacherin Mont-d'Or AOP



Abricotine AOP



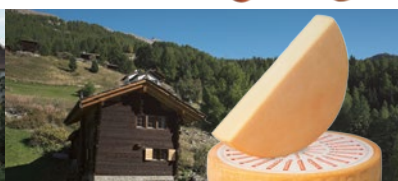
L'Etivaz AOP



Rheintaler Ribelmals AOP



Tête de Moine AOP



Raclette du Valais AOP



Saucisson vaudois IGP



Jambon cru du Valais IGP



Zuger Kirsch AOP e Rigi Kirsch AOP



Glarner Alpkäse AOP



Pain de seigle valaisan AOP

Svizzera. Naturalmente.



Per creare i prodotti AOP e IGP sono necessarie tradizione, origine e persone con il proprio mestiere artigianale. Solo pochi prodotti svizzeri sono realizzati con questo metodo e possono recare i marchi AOP ed IGP di qualità protetta. www.aop-igp.ch