

Questo sito utilizza cookie tecnici e di profilazione propri e di terze parti per le sue funzionalità e per inviarti pubblicità e servizi in linea con le tue preferenze. Se vuoi saperne di più o negare il consenso a tutti o ad alcuni cookie [clicca qui](#). Chiudendo questo banner, scorrendo questa pagina o cliccando qualunque suo elemento acconsenti all'uso dei cookie.

[Accetto](#)

CONSIGLI DELLA SERA

# Cucina / CIBO A REGOLA D'ARTE

NEWS RICETTE FUDWEEK FOODREPORTAGE CIBO A REGOLA D'ARTE FOOD ISSUE BLOG INDIRIZZI LIBRI CUCINA TV SCUOLA L'ENOTECA

CIBO A REGOLA D'ARTE

## Le ricette etiche per palati fini: dai fondatori di Care's a Nadia Santini, l'ultima giornata di «Cibo a regola d'arte»



COME TI FA SENTIRE  
QUESTA NOTIZIA



0



0



DA GUARDARE



Ascolta  
Stampa  
Email



13 marzo 2016

di Isabella Fantigrossi

Secondo lui il cibo sano non esiste. Esiste quello di qualità e quello scadente. E se si cucina con ottime materie prime, quel piatto non potrà che fare bene. Iginio Massari è il pasticcere più famoso d'Italia, uno dei pochi che vanta un fan club che periodicamente si ritrova per celebrare il «maestro». Con lui, e i suoi segreti dell'arte dolciaria, si apre la terza e ultima giornata di «Cibo a Regola d'Arte». Appuntamento alle 10 all'UniCredit Pavilion di Milano con una lezione sulla brioche ipocalorica al miele. Ma dal tempo della colazione a quello della cena il tema del cibo buono, sano e consapevole (l'argomento scelto per la quarta edizione dell'evento gastronomico del *Corriere*) sarà declinato lungo tutta la giornata. Alle 11.30 è il turno di Antonio Guida, una stella Michelin al «Seta» di Milano. Sul palco con la conduttrice Giorgia Surina e la giornalista Manuela Croci, cucinerà i ravioli con pomodori, burrata e rucola. Alle 13.30 sale in cattedra il maestro pizzaiolo Gino Sorbillo assieme al comico milanese Enrico Bertolino e alla



Ricevi la newsletter di Cucina



L'ENOTECA

In esclusiva per te i  
migliori Chianti al -  
15%! Scoprilì subito



E-LEARNING

Dal vino al row food,  
tutti i corsi di cucina



FUD WEEK

Itinerari che  
raccontano l'Italia  
attraverso il cibo

giornalista Maria Volpe.

C'è chi parlerà, insomma, di alimentazione amica del consumatore. Come l'internista esperta di nutrizione funzionale Sara Farnetti nel Food talk dedicato al fritto sano. «Una frittura ben fatta è la cottura che preserva al meglio le proprietà degli alimenti». No, non è uno scherzo. Gustare un cono di *french fries* non sarebbe più un peccato, è convinta Farnetti. Certo, per ottenere una frittura ottima serve conoscere alcuni trucchi. La rapidità di cottura e la giusta temperatura, per esempio. Appuntamento alle 12.30 con Luigi Caricato, oleologo e autore dell'Atlante degli oli italiani (Mondadori), e Fiammetta Cicogna.

Ma c'è anche chi racconterà il cibo amico dell'ambiente. Come Norbert Niederkofler e Giancarlo Morelli, gli chef del «St. Hubertus» di San Cassiano e del «Pomiroeu» di Seregno (appuntamento alle 17, ai fornelli con Agnello e parmigiano e Solo latte, inizia la vita). Così amici (da anni) da aver deciso di creare insieme la manifestazione «Care's», dedicata alla cucina etica. Perché è proprio dal basso, dalla quotidianità, dalle scelte di tutti i giorni (anche quelle fatte al momento della spesa) che «dobbiamo partire per salvare il pianeta». La rotta l'aveva in parte già tracciata Niederkofler a gennaio, durante la prima edizione di Care's: «Cinque anni fa è nato mio figlio. In quel momento ho capito che alle nuove generazioni dobbiamo lasciare un mondo migliore». In cucina, allora, solo prodotti di stagione («lo sapete che la carne estiva ha un sapore diverso da quella invernale, più equilibrata?») e locali. «Il mio ristorante è diventato famoso per il pesce di mare e il fegato grasso ma da anni ho eliminato entrambi. Molti hanno protestato ma ho guadagnato clienti nuovi». E nella stessa direzione andrà la chef Valeria Margherita Mosca che nel Food lab delle 19.30 racconterà l'arte del foraging, cioè come cucinare con le erbe selvatiche, per scoprire sapori nuovi ma anche per non sprecare nulla. Dopo la masterclass di Racconti di Cucina (alle 15), in cui Angela Frenda, direttore artistico di «Cibo a Regola d'Arte» cucinerà sul palco con le food writer Anna Del Conte e Rachel Roddy gli spaghetti vegetali al pesto, gran finale con Nadia Santini, regina delle cucine del ristorante «Dal Pescatore» di Canneto sull'Oglio (Mantova), tre stelle Michelin, ai fornelli dell'evento per preparare i suoi famosi tortelli di zucca assieme al giornalista del *Corriere* Gian Antonio Stella (Masterclass alle 19).

Foraging a parte, continuano anche gli altri laboratori di cucina, a numero chiuso, con una postazione di lavoro per ciascun partecipante. Primo della giornata quello, alle 10.30, con i 20 lettori di *Cucina Corriere* che verranno «bacchettati» da Antonino Cannavacciuolo per i loro errori in cucina, in un food lab organizzato con Discovery Italia e Canale Nove. Alle 12 Massari torna ai fornelli. Alle 13.30 Fabrizia Lanza, titolare della scuola di cucina Anna Tasca Lanza di Regaleali (Palermo), insegnerà a fare cavatielli e busiate, paste fresche. Alle 15, il soufflé al miele e lime con Antonio Guida. Alle 14.30 si parlerà infine di eccellenze campane, alle 16 di acqua da degustare e alle 18 di mondo bio.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



DOPO AVER LETTO QUESTO ARTICOLO MI SENTO



PARTECIPA ALLA DISCUSSIONE