



Norbert Niederkofler

LO CHEF PLURISTELLATO RACCONTA LA PASSIONE DELLA SUA VITA E IL SUO IMPEGNO PER UN'ALIMENTAZIONE SEMPRE PIÙ SOSTENIBILE

A CURA DI VICTOR VENTURELLI

SONO SEMPRE STATO AFFASCINATO

DALLA CUCINA: è un ambiente che mi piace e che trovo sempre accogliente e socievole, dove c'è calore, si mangia e c'è sempre gente attorno a un tavolo che sta bene e fa amicizia. Io sono poco portato alle nuove tecnologie di comunicazione come i social e WhatsApp, ma mi trovo a mio agio con la gente, da cui ho imparato un sacco di cose. La cucina per me quindi è il vero social, il luogo di aggregazione ideale. Girando il mondo ho riscontrato che dappertutto è sempre così: la cucina è il centro dei contatti umani. Per lo stesso motivo cerco sempre di parlare con i miei clienti, perché è importante capire che cosa pensano e che cosa cercano. Uno dei miei primi piatti che ha avuto successo in America è il risotto con il wasabi e l'anguilla giapponese. Dell'America,

e di New York in particolare, mi è piaciuta subito la multiculturalità, il miscuglio di culture, di ingredienti e di procedimenti diversi. Anche se poi resto affezionato ai miei gnocchi di rapa rossa, che piacciono e vengono richiesti ovunque, come anche il risotto al pino mugo, una ricetta tipica dell'Alto Adige. Questi piatti sono quelli che tutti vogliono e che non possono mai mancare nel mio ristorante.

Nella cucina di oggi però il concetto più importante è la sostenibilità: grazie a questa filosofia abbiamo capito prima degli altri che la cucina tradizionale aveva già fatto tutte le scelte giuste. Perché una volta la sostenibilità era un concetto vitale e necessario per sopravvivere, senza la quale, soprattutto in montagna e nei mesi invernali, non potevi tirare avanti. La cucina tradizionale ti inse-

Chi è Norbert Niederkofler

Norbert Niederkofler nasce e cresce nel cuore delle Dolomiti e diventa chef per esplorare il mondo. Lavora a Londra, Zurigo, Milano, Monaco. Qui incontra Eckart Witzigmann, che gli insegna l'amore per la natura e la perfezione culinaria. Poi riparte per New York dove David Bouley gli svela i segreti dell'innovazione e dove inizia a sviluppare il suo stile. E con il suo stile decide di tornare a casa e ai suoi sapori familiari, dove nel 1994 inizia il suo percorso presso il ristorante Ross Alpina di San Cassiano in Badia. Poi apre il St. Hubertus, con il quale ottiene due stelle Michelin e dove inizia ad abbracciare i principi della cucina etica o il rispetto per la natura, l'ambiente, gli animali, in una sfida che parte dalla materia prima. E così che Norbert decide quindi di utilizzare solo ingredienti che seguano lo scandire del tempo dettato dalle stagioni e che siano al 100% locali. Questa dedizione gli consente nel 2017 di guadagnarsi la terza stella Michelin ottenuta a suo dire "con rape rosse e patate". Nasce nel 2018 AlpinN - Food Space & Restaurant, la "casa di Cook the Mountain" dove a 2.275 metri d'altezza i giovani cuochi divulgano i sapori più autentici della cucina di montagna.

gna infatti a usare gli ingredienti e il cibo nel modo migliore e a non sprecare nulla. La cucina che spreca gli alimenti è quella venuta dopo, soprattutto in città e nell'epoca moderna. Ma anche per chi vive ed è cresciuto in città oggi è possibile comperare i prodotti artigianali e fatti direttamente dai contadini. E non è vero, come qualcuno dice, che costano troppo: costa molto di più lo spreco, quello che oggi ci fa buttare via fino al 60 per cento del cibo venduto nei supermercati. Per non parlare del packaging, che spinge a comperare più del necessario e crea poi il problema dei rifiuti, che sono anche loro un costo. Se cominciasimo a comperare solo quello che ci serve, senza buttare via niente, avremmo comunque un grandissimo risparmio, anche se il costo di ogni singolo prodotto è più alto. Non buttare via niente e non creare rifiuti inutili è la prima forma di risparmio. In questo senso tutto deve cominciare dalla spesa. I prodotti in scadenza scontati, per esempio, sono un altro spreco, perché avrai poco tempo per consumarli e finiranno in buona parte buttati, vanificando l'apparente risparmio al momento dell'acquisto. La stessa cosa vale per il pesce e la carne: la qualità e la freschezza di questi prodotti possono costare un po' di più ma ne determinano anche la durata e l'utilizzo. Un altro concetto importante è ovviamen-

te quello dei cicli stagionali: rispettare i ritmi della natura è importante. Pretendere di mangiare banane, anguria e ananas tutto l'anno, come ormai è la regola nei nostri supermercati, è controproducente e costoso in termini ecologici. Servono frigoriferi e mezzi di trasporto che hanno un impatto ambientale devastante. Ogni stagione ha già invece i prodotti giusti che fanno bene al nostro corpo.

Infine la cosa più importante: l'acqua e il progetto "Bottle Free Zone". Oggi noi sappiamo che oltre il 60 per cento dell'acqua dolce si trova nelle montagne, tra ghiacciai, neve e piogge. In Alto Adige l'acqua potabile si cerca di ricavarla dalle risorse locali. Perfino quando sparano la neve lo fanno con acqua potabile, perché si deve poter poi sciogliere e tornare in circolo attraverso il terreno. È possibile quindi eliminare le centinaia di migliaia di bottiglie che ogni anno viaggiano sui camion. Meglio sfruttare la natura che andare a creare una catena produttiva complicata e inquinante, che ha un grave impatto ambientale. L'acqua in sé qui da noi ha una qualità eccezionale. Viene filtrata e mineralizzata e diventa un prodotto naturale ricco e salutare. L'acqua che vendiamo noi fa parte poi di un progetto di sostenibilità ancora più ampio, perché per ogni litro



BWT E COOK THE MOUNTAIN

Sostenibilità, responsabilità sociale e attenzione per le risorse limitate: questi sono tre degli elementi base che legano lo chef altoatesino con 3 stelle Michelin Norbert Niederkofler e BWT, azienda leader europea nel trattamento dell'acqua. "La sfida più grande è l'acqua" afferma lo chef Niederkofler, fondatore della filosofia culinaria "Cook the Mountain", che consiste nell'utilizzare le risorse che il territorio ci regala stagionalmente, con un'attenzione agli sprechi e al riutilizzo degli scarti. Il ristorante Alpin Food Space & Restaurant ha infatti abbandonato un anno fa le bottiglie. Grazie all'innovativa tecnologia di filtraggio BWT l'acqua della migliore qualità proviene direttamente dal rubinetto. Si ottimizza quindi l'uso di una risorsa prettamente locale, diminuendo notevolmente la produzione di rifiuti e le emissioni di CO2 legate al trasporto.

Per informazioni: www.bwt.com



C'era una volta una trota

venduto 50 centesimi vengono devoluti ad altri progetti ecologici, molti dei quali impegnati a portare nuova acqua e nuovi pozzi anche in Paesi poveri e in via di sviluppo in Africa. Quindi non soltanto eliminiamo l'acqua che viaggia sui camion ma aiutiamo le nuove iniziative ecologiche in tutto il mondo.

La ricetta della tartare di trota, per esempio, è un progetto no-waste dove utilizziamo l'animale al cento per cento, dalla pelle che diventa la parte croccante alle uova che diventano il caviale. Qui la creatività è stata utilizzata a fin di bene, per non sprecare niente. Speriamo che sia l'inizio di qualcosa di ancora più grande e di un vero ritorno a una cucina più sostenibile. Noi inseguiamo una cucina sostenibile da molto tempo, per esempio anche con le ricette in cui usiamo il lavarello. E questo è anche lo spirito del nostro progetto Cook The Mountain, che ci deve far tornare alla cucina vera della montagna, dove si usavano prodotti locali a chilometri zero e non si sprecava niente.