

Omnibus Tempo & Gusto

LEONESSA Torna la sagra della patata Week-end per buongustai

■ Tutto pronto a Leonessa per accogliere le migliaia di turisti che oggi e domani arriveranno per la 21ª sagra della patata. L'appuntamento è diventato tra i più importanti eventi gastronomici della provincia di Rieti. Prenotati oltre 100 quintali di patate.

MANGIAR BENE In vendita «Gola in viaggio 2011» la Guida che riunisce tutte le Guide

■ È in edicola «Gola in viaggio 2011» (19,90 euro), la guida che, oltre ai suoi consigli sul mangiar bene, riunisce anche i giudizi di altre dieci guide, tra le quali il Gambero Rosso e la Michelin. I locali recensiti sono oltre 10 mila.

VALLE CASTELLANA Una serata all'insegna di sua maestà il peperoncino

■ Ottobre piccante a San Giacomo di Valle Castellana (Teramo). Per sabato 16 è in programma una serata all'insegna di sua maestà il peperoncino. Alla 17ª edizione sarà presente la campionessa italiana mangiatrice di «diavolicchio» Anna Greco.

ROMA Nasce il ristorante a «chilometro 0» Utilizza solo prodotti laziali e romani

■ È nato a Roma il primo ristorante a «chilometro 0», che utilizza solo prodotti che arrivano dalla campagna romana e laziale. «La Filiera-I sapori del territorio» è in via Mantova 38/40 ed è nato da un'idea della Coldiretti.

Lo studio Con quello che sprechiamo in Italia ogni anno si sfamano quasi 50 milioni di persone. «Riciclare» può regalarci piatti da gourmet

Scarti D'AUTORE

I segreti per cucinare con gli avanzi

Stefania Monaco

■ Quarantaquattro milioni di persone (quanto la popolazione della Spagna), potrebbe essere nutrita con gli scarti alimentari prodotti ogni anno dall'Italia. Lo dice il professore Andrea Segrè nel suo Libro nero (primo rapporto sulla catena agroalimentare e i suoi sprechi), che verrà presentato il 30 Ottobre a Bologna a cui seguirà un pranzo preparato con cibo di recupero per 500 persone.

Il progetto è «Un anno contro lo spreco» e si pone come obiettivo principale la sensibilizzazione dell'opinione pubblica italiana ed europea sulle cause e le conseguenze dello spreco, sulle modalità per ridurlo e la promozione di una cultura orientata ai principi della sostenibilità.

La Coldiretti, dal canto suo, esorta i consumatori a voler sfruttare tutti i cibi sino al loro completo consumo, utilizzando i «trucchi» della nonna come la panzanella fatta con il pane vecchio e che diventa un piatto assolutamente prelibato, le polpette nelle quali finisce di tutto un po', i ripieni, le frittate, le zuppe messe insieme con quello che offre la cucina all'ultimo minuto.

Per chi volesse aderire a tutto questo ma non sapesse da che parte cominciare, consiglieremo il prezioso volume «Avanzi Popolo. L'arte di riciclare tutto quello che avanza in cucina. Storie, ricette e consigli» di Letizia Nuccioti. Il libro parla di co-

La ricetta



TRAPIZZINO CON PICCHIAPO'

Ingredienti: 4 angoli di pizza bianca, 1 kg di lessso, ½ kg di pomodori pelati, 1 kg di cipolle, sale, pepe, olio. Preparazione: Sofriggere le cipolle tagliate a mezzaluna in olio, aggiungere il lessso tagliato a dadini. Salate e pepate. Dopo circa 10 minuti, aggiungere i pomodori pelati. Cuocere a fuoco lento 30 minuti. Aprire l'angolo della pizza bianca, introdurre il picchia-pò. La carne «prosciugata» diventa lessso ed a Roma si recupera così con il picchia-pò. Ricetta di Stefano Callegari, 0100 pizza via Giovanni Branca 88 Roma

me fare la spesa (partendo dal tempo e dal budget che abbiamo a disposizione), di come preparare, riciclare, trasformare. Un vero manuale di sopravvivenza dei cibi.

Un tempo l'etichetta richiedeva che si lasciasse sempre un po' di cibo nel piatto per non sembrare degli ingordi, ma oggi giorno sarebbe cosa buona e giusta che in tutti i ristoranti si desse la possibilità ai clienti di portare a casa quel che non si è riusciti a finire e il vino avanzato. Potrebbe essere l'inizio di una civiltà della forchetta che guarda con rispetto a ciò che ci alimenta per gioco e soprattutto per necessità. Il famoso «doggy bag» dovrebbe essere adottato in tutti i ristoranti per consentire alla clientela di servirsi, senza imbarazzo, di questo servizio. Anche la first lady Michelle Obama ha chiesto di impacchettare gli avanzi durante la sua vacanza romana per il G8 de l'Aquila.

Una volta a casa, si potrà sopravvivere dignitosamente con il cibo restante e con l'aiuto di un piccolo libro «Il gourmet degli avanzi», scritto dal cuoco e critico Allan Bay e dal giornalista enogastronomico Fabiano Guatterri. Una raccolta di 517 ricette per riutilizzare con efficacia e buon senso gli avanzi. Dall'agnello al forno alle zuppe, un susseguirsi di soluzioni geniali che trasformano gli avanzi del giorno prima in piatti da gran gourmet. Buon appetito!



La dispensa

di Franco Maria Ricci



Associazione italiana sommelier www.bibenda.it

e mezzo in barrique, uno in vetro. Filetto al pepe verde.

IL VINO Morrone 2006 Tenuta Santa Lucia

Località Santa Lucia; 02047 Poggio Mirteto RI; Tel. 0765 24616; www.tenutasantalucia.it; Valutazione Duemilavini 4 Grappoli: Vino di ottimo livello e spiccato pregio; In cantina: Già godibile, può essere conservato per altri 3 anni; Tipologia: Rosso Igt; Uve: Syrah 100%; Gr. 14%; Euro 25. Una tenuta vitivinicola della Sabina, di circa 45 ettari, ove dimorano anche vitigni di Carignano e Pecorino, sui quali la sperimentazione è in corso. Le altre varietà impiantate (Sangiovese, Montepulciano, Syrah, Cabernet Sauvignon, Merlot, Malvasia, Sauvignon e Falanghina) concorrono alla produzione di vini di notevole pulizia ed espressività aromatica. Il Morrone è valente espressione di Syrah in purezza. Sosta un anno

L'OLIO Extravergine di oliva Carboncella 2009 Nonna Oria

Via Fontegrotti, 20; 02040 Poggio Catino RI; Tel. 0765 423026; Valutazione Bibenda 3 Gocce: Olio di buon livello e particolare finezza; Tipologia: Extravergine; Cultivar: Carboncella 100%; Euro 12 (0,750 l). La produzione aziendale, incentrata sulla valorizzazione della cultivar Carboncella, propone etichette piacevoli e ben calibrate, grazie ad una sapiente conduzione dell'oliveto (sei ettari in tutto) e all'utilizzo di un frantoio di proprietà. Ottimo con il trancio di tonno al sesamo.

IL RISTORANTE La Trota dal 1963

Via Santa Susanna, 33; 02010 Rivodutri RI; Tel. 0746 685078; www.latrota.com; Valutazione

Bibenda 4 Baci: Vale il viaggio, ristorazione elevata; Chiusura: domenica sera e mercoledì; Ferie: dal 7/1 al 13/2 e 10 giorni in estate; Etichette: 900. Prezzo: oltre 60 Euro. Non lontano da Roma, un indirizzo sicuro e consolidato della ristorazione di altissimo livello. È quello dei fratelli Maurizio e Sandro Serva, felicissima e affiatata unione lavorativa che si esprime in un'offerta gastronomica originale e imprevedibile, frutto di sacrifici e sperimentazioni, di talentuosa tecnica culinaria (quella di Sandro) e instancabile ricerca di materie prime sul territorio, anche "metro zero" (vedi l'orto curato da Maurizio) e non solo. Ambiente da fiaba sia all'esterno, contesto reso ameno dalle acque cristalline del piccolo fiume che scorre proprio accanto al ristorante, sia all'interno, tranquillo e signorile, in cui ci si sente immediatamente a proprio agio. Carta dei vini validissima, innovativa e coraggiosa. Camere di charme in una villa vicina.