Gourmet Food Festival

Gelati e ricette con la canapa La provocazione diventa moda

SARAH SCAPARONE

I superfood sono quegli alimenti che contengono più nutrienti rispetto a gran parte degli altri cibi. E la canapa è uno di questi. Utilizzata sin dai tempi più antichi da popoli di tutto il mondo da alcuni anni torna a fare capolino nelle campagne italiane e anche in Piemonte. Astigiano, Cuneese e Valle di Susa sono le aree più interessate a questa produzione insieme al Canavese di cui una credenza popolare fa addirittura risalire l'etimologia del nome. Ma che in questa zona della provincia di Torino si coltivasse la canapa fina dall'Alto Medioevo è cosa certa: lo testimoniano documenti, mentre ricordi fanno risalire agli inizi del Novecento la dedizione alla sua coltivazione da parte di tutte le famiglie locali; lo simboleggia poi la banderuola in ferro battuto che riproduce una pianticella di canapa che svetta sulla torre del municipio di Ivrea dal 1758. Al Gourmet Food Festival lo racconterà invece oggi una tra le prime biologhe nutrizioniste del Piemonte: Elda Viletto che ne svelerà curiosità e benefici nell'incontro previsto alle 16.30. Di origini canavesane, produttrice di kiwi, di Erbaluce di Caluso e di canapa, spiega: «Questa botanica serve a tutto. I suoi semi contengono tutti gli elementi della nostra alimentazione: proteine, lipidi, glicidi. Le proteine possiedono gli aminoacidi essenziali e contribuiscono al rafforzamento delle difese immunitarie; i lipidi sono utili per combattere trigliceridi e colesterolo; la numerosa presenza di glicidi serve contro la sindrome metabolica. I semi poi, come l'olio di canapa, sono importanti da un punto di vista estetico per la loro funzione antiage, senza dimenticare che proprio nell'olio sono presenti in perfetto equilibrio per il nostro organismo l'Omega 3 e l'Omega 6».

L'uso della canapa in cucina è poi sempre più valorizzato. La sua farina ricca di fibre, per esempio, è ideale in abbinamento ad altri cereali per la realizzazione di pasta, pizza, pane (che risulta leggero e nutriente) oltre che di torte e dolci. Numerosi chef la utilizzano da tempo come la stellata e canavesana Mariangela Susigan, ma è ormai entrata a far parte di una cultura alimentare che guarda anche oltre.

Mariangela Susigan ha messo a punto ricette con la cannabis

È il caso del gelato alla canapa proposto da Giulio Rocci nel suo Ottimo! di Torino o di Davide Pinto che da Affini non solo serve polpette di castagne e farina di canapa con fonduta ma che sta lavorando a un Vermouth preparato proprio con la canapa.

10 ore
Sono quelle di apertura oggi al Lingotto del Gourmet Festival

Numerosi anche gli appuntamenti e i personaggi che animeranno quest'ultima giornata del Gourmet Food Festival. Eccone alcuni: i segreti del grande pasticcere Iginio Massari (ore 12.00); i panini di Max Mariola realizzati in collaborazione con gli ascoltatori di Cocina Clandestina, il programma di Radio Grp, partner dell'evento, che da dieci anni racconta tutto il gusto della città (ore12,30); la pizza a degustazione di Simone Padoan, primo pizzaiolo a parlare di pizza gourmet in Italia (ore 14); la cucina liquida con Massimo D'Addezio e Marcello Trentini (ore15); la presentazione della Guida Berebene del Gambero Rosso (ore 16); la pizza in teglia e il trapizzino di Stefano Callegari (ore 17); il binomio perfetto: Patrick Ricci e Matteo Baronetto (ore 18). Gourmet Food Festival oggi è aperto dalle 10.00 alle 20.00.

BY NC ND ALCUNI DIRITTI RISERVATI

Miss Pellion e la rivincita del dado

Lei lo chiama anche tè salato e se passate dal Gourmet Food Festival potrete assaggiarlo servito in bicchiere. Di cosa stiamo parlando? Del dado, nel mondo conosciuto come stock cubes: un prodotto che solo nella nostra lingua mantiene quell'accezione visiva che lo contraddistingue.
L'ha sdoganato una donna torinese, Francesca Pellion di Persano conosciuta anche come Miss Dado: sarà lei alle 10.30 di oggi ad animare il dibattito sulla rivincita di questo prodotto, tra i più demonizzati della nostra cucina, insieme allo chef Roberto Pierro della Gritta di Palau.
La sua storia è avvincente: dopo essere diventata madre decide di cambiare lavoro e di provare a realizzare un prodotto di qualità in grado di aiutare velocemente ad armonizzare il gusto dei piatti che preparava in casa. L'elemento chiave del suo pensiero è l'aceto balsamico: molto usato in famiglia, ma solitamente a crudo. Chiede consiglio agli storici produttori di balsamico torinesi, i Varvello di La Loggia, e con loro nasce quella crema balsamica che insieme a olio extravergine di oliva, sale e verdure dà origine al suo dado naturale.
«Il mio prodotto – commenta – è privo di lieviti, di grassi aggiunti, di glutine e di glutammato e viene pastorizzato per la sua conservazione. Ho lavorato due anni a questo progetto prima di commercializzarlo e ho scelto di venderlo in forma umida perché seccandolo perderebbe le sue qualità nutritive».