

News

A CURA DI VALENTINA VENTURATO

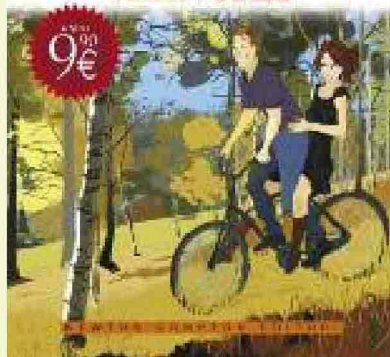
101 COSE DIVERTENTI, INSOLITE E CURIOSITÀ DA FARE GRATIS IN ITALIA ALMENO UNA VOLTA NELLA VITA

Isa Grassano trentotto anni, giornalista professionista *freelance*, da sempre si occupa prevalentemente di turismo e di enogastronomia e ha pensato bene di scrivere un libro curioso e utile soprattutto in questo periodo di crisi... Ha raccolto ben centouno cose da fare senza spendere il becco di un quattrino e ovviamente tra la sfilza di attività "gratis" non poteva mancare anche un folto gruppo di occasioni mangerecce. Lungo tutto lo Stivale ce ne sono a bizzeffe tra **sagre e feste** alcune anche molto singolari come per esempio Il Torneo del Maiorchino che si tiene a Navarra di Sicilia ogni anno in febbraio. Il maiorchino è un pecorino molto stagionato che prima di essere mangiato viene lanciato lungo le strade del paesino, vince chi lo fa rotolare più lontano ma alla fine lo mangiano tutti. Oppure in Lucania, precisamente ad Accettura, va in scena il matrimonio tra l'albero e la cima. Il famoso "maggio" durante il quale si brinda con vino locale accompagnato da tarallini distribuiti in



ISA GRASSANO

101 COSE
DIVERTENTI, INSOLITE
E CURIOSITÀ DA FARE
GRATIS
IN ITALIA
ALMENO UNA VOLTA
NELLA VITA



gran quantità. Insomma, sfogliate e fatevi venire l'acquolina in bocca... e poi se è gratis c'è più gusto!

Editore: **Newton** Compton Editori

Prezzo: € 9,00

I SALUMI PIACENTINI NON CONOSCONO CRISI

Il Consorzio dei salumi Dop piacentini: coppa, pancetta e salame piacentino, stabili nonostante la crisi.



Nonostante il periodo economico non propriamente florido, il consumo di **salumi** piacentini non conosce battute di arresto. Nel 2010 sono state prodotte oltre trecentomila coppe piacentine Dop, un milione e centomila salami piacentini Dop e novantanove mila pancette piacentine Dop. Il presidente del Consorzio di tutela dei salumi Dop piacentini - Antonio Grossetti - afferma che la produzione non ha subito variazioni rispetto a periodi precedenti. I salumi continuano ad essere venduti sull'intero territorio nazionale - registrando un incremento di vendita nelle zone adiacenti alla produzione - con la stessa marcia di sempre. Un ulteriore segnale che i prodotti buoni e di qualità non conoscono crisi.

PRINCIPATO DI MONACO: VA A UN ITALIANO IL GRAND CORDON D'OR DE LA CUISINE FRANÇAISE

Ogni anno, in Francia, viene assegnato il Grand Cordon d'Or de la Cuisine Française, riconoscimento che va a tutti coloro che si sono distinti per meriti professionali e per la divulgazione dei piatti di qualità e quest'anno è stato assegnato a **Tomasso Chiarella** - grazie alla sua appassionata e costante attività

giornalistica abbinata alla ricerca delle migliori espressioni del turismo, dell'hotellerie, della ristorazione, dell'enogastronomia e della buona cucina in tutto il mondo. *Location* d'eccezione per questa 58ma edizione, la cerimonia infatti si è svolta all'interno della sala Sporting del salone delle stelle di Monte Carlo e il presidente d'Onore non poteva che essere sua altezza serenissima il principe Alberto II.

CIBI GRASSI PER STARE DI BUON'UMORE

Si sa che i cibi grassi fanno male, che i fritti è meglio evitarli, che i dolci stanno un secondo in bocca e una vita sui fianchi, insomma queste cose le

News



sapevamo già...ma, non sapevamo che **i grassi danno il buon'umore**. Questa fantastica notizia ci proviene dalla università di Leuven in Belgio, grazie ad una ricerca portata avanti dal dottor Lukas Van Oudenhove. Il gruppo di ricercatori belga ha preso in esame alcuni volontari, non obesi e sani. I soggetti sono stati sottoposti al consumo di cibi grassi e immediatamente dopo è stato registrato un mutamento dell'umore, mostrandosi più allegri. Gli scienziati hanno ipotizzato come l'assunzione di lipidi (grassi) possa influenzare le cellule nervose che regolano le emozioni, spingendo verso stati d'animo positivi. Quindi, se vi sentite un po' giù scegliete quanto c'è di più grasso nel vostro frigorifero e mangiatelo. Mentre passeggiate però, che è meglio...



TONNO UN MARE DI BENESSERE

Da un'idea di Nostromo, viene pubblicato *Tonno un mare di benessere*, una monografia che illustra l'importanza del pesce in una corretta e sana alimentazione. Un team di esperti spiega - in sette capitoli densi di informazioni storiche, nutrizionali e curiosità - come la **salute** e il benessere fisico inizino da un'attenta e consapevole nutrizione e come, attraverso abitudini alimentari corrette, sia possibile contrastare in modo

significativo problemi quali sovrappeso e obesità. Questo volume oltre a offrire spunti di riflessione, dando un contributo concreto al miglioramento delle abitudini alimentari, regala



curiosità, informazioni, approfondimenti sul tonno, il più nobile dei pesci.

SINGLE SPENDACCIONI!

Sei single? La tua spesa costa di più: trecentoventi euro al mese contro i centottanta delle famiglie. A dircelo è la Coldiretti che ha raccolto ed elaborati i dati Istat. Pare che la causa principale di questa importante differenza sia la scarsa efficienza della spesa fatta dai single poiché questi fanno la scorta di

alimenti velocemente deteriorabili - come carne, frutta e verdura - che poi non riescono a consumare, quindi buttano e ricomprano di nuovo. La Coldiretti però, ci tiene a precisare che oltre a questa versione del single "spendaccione e distratto" ce n'è una che potremmo definire attenta alla qualità e che di contro presta molta attenzione a ciò che compra.

IN USA NON SI BUTTA VIA NIENTE

Gambi di verdure, foglie di pesco, bucce di limone. No, non è la ricetta di una pozione magica ma gli ingredienti possibili di un piatto "stem-to-root" in italiano "cucina del riciclo" una filosofia gastronomica firmata stelle e strisce. È un modo alternativo di mangiare ma anche di risparmiare riducendo al minimo gli scarti organici di frutta e verdura e usando verdure sconosciute o poco utilizzate in cucina come cardi e finocchi selvatici. Purtroppo a rendere poco praticabile la cucina ci sono due fattori. Innanzitutto quello tecnico: la cucina del riciclo necessita di un minimo di formazione per essere realizzata e gli americani dedicano veramente un tempo ristretto all'educazione alimentare. E poi ci sono delle difficoltà meramente pratiche visto che la maggior parte delle persone fa la spesa in grossi centri commerciali in cui i prodotti vengono venduti confezionati e già privati delle parti meno nobili.

