



LA VITA
È NUTRIMENTO

Le nocciole esaltano le preparazioni in cucina e fanno bene all'organismo: non a caso è diventata simbolo della medicina

Frutto di antichissime origini, fonde bontà e benefici per l'organismo. E le sue varietà sono una gioia per tanti chef: c'è chi le usa in pasticceria per spume e biscotti, chi le esalta in versione salata per impreziosire spaghetti e risotti



Un guscio di meraviglie

LA SPECIALITÀ

Se vi chiamate Ferrero o Loacker quest'anno sarà dura: le nocciole, secondo le rilevazioni di Arêt, costano il 133% in più dello scorso anno, perché è crollata la produzione turca (in Italia il calo è del 30%). Ma se siete dei normali signor/a Rossi o Bianchi, è vero che il sacchetto di nocciole sarà più caro, però esalterà le vostre preparazioni in cucina. Farà pure bene al vostro organismo.

«Non per nulla – ricorda Gigi Padovani, coautore con la moglie Clara dell'essenziale *Enciclopedia della nocciole* (Mondadori) – è assurda a simbolo della medicina: il bastone di Esculapio è un ramo di nocciolo con due serpenti attorcigliati». Anche «una bacchetta magica» deve essere di legno di nocciolo», informa Giuseppe Barbe-

ra nel prezioso volumetto *Breve e inverosimile storia della nocciole*, in uscita in novembre per le Edizioni Henry Beyle. «La nocciole – leggiamo ancora – è un elemento prodigioso, una delle forme botaniche della luna; il guscio ripieno di argento vivo si appende al collo con un nastro di seta rossa e allontana la peste; i frutti, posti ai piedi del letto nuziale, assicurano fertilità e protezione al nascituro».

LA QUALITÀ

A dimostrazione che l'Italia è da sempre una delle patrie del frutto, c'è anche il ricordo della prima corona di Giulio Cesare, composta di foglie di nocciolo e non di alloro. Tante le varietà. La Tonda Gentile Tribolata Igp di Alba è la più nota. Ma nulla hanno da invidiare la Tonda di Giffoni (anche questa Igp) in Campania e la Dop Romana, coltivata prevalentemente a Viterbo. A fare concor-

renza da qualche anno, dopo decenni di abbandono, anche la Caraffara dell'Etna. «È superiore – vantano i soci fondatori di *Sicilia in guscio* – a livello aromatico a tutte le altre grazie al terreno lavico su cui cresce e che ne definisce le proprietà organolettiche e alle piogge che qui sono più abbondanti».

LE PASTE

Le farine sono particolarmente apprezzate per le sfumature aromatiche. Straordinari i biscotti di

pasta di nocciole che nel piccolo centro di Linguaglossa, a due passi dal cratere centrale dell'Etna, fa la pasticceria Barone. Invece, Gabriele Camiolo, chef nel raffinato Lumia Organic Restaurant, nonostante sia siciliano, per la ricetta in pagina, suggerisce la nocciole di Alba «tenera, elegante al gusto, che con la sua terrosità si sposa bene con il fungo. L'impiego in molti piatti autunnali».

IL DESSERT

Tra i dolci la spuma di nocciolo col cioccolato di Modica grattugiato abbinata alla granita di Salsuma, il mandarino precoce che si mangia leggermente acerbo. Tra i piatti salati più originali con la nocciole (sbriciolata in crumble) sicuramente va indicato quello dello stellato modenese Luca Marchini: spaghetti quasi risottati nell'aceto balsamico di Modena Igp, accompagnati dalla mousse di broccolo. Senza faticare in cucina, abbiamo tante bontà artigianali e industriali a base nocciola. Padovani fa un primo elenco: «Biscotti, croccanti, nocciolini di Chivasso, creme da spalmare, caramelle, gelati, torte come la francese Dacquoise e l'austriaca Linzertorte, i dolcetti natalizi tedeschi Nussecken, i baci di dama e quelli inventati da Luisa Spagnoli. E il gianduiotto e il torrone in tutte le sue varianti. Ma anche l'olio e il latte di nocciola, il salame con l'impasto arricchito di granella e la carne di razza Piemontese allevata a nocciolo; perfino un gelato Igp, il Tartufo di Pizzo Calabro».

Carlo Ottaviano

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LA RICETTA

RISOTTO FUNGHI, NOCCIOLE E GENOVESE DI CORTILE
Ingredienti per 2 persone: 100 g riso Vialone Nano, 5 quaglie, 1 faraona, 12 cipolle dorate, 5 foglie di alloro, olio extra vergine d'oliva, 30 g pasta di nocciolo, 20 g burro, nocciole tritate, funghi cardoncelli e porcini secchi, Parmigiano Reggiano, aceto di vino. La genovese nasce con cipolle, quaglie e faraona cotte a lungo fino a diventare crema. Le carcasse tostate danno il

fondo. Il riso viene tostato e cotto con brodo ai funghi secchi, poi mantecato con burro, Parmigiano reggiano e pasta di nocciolo. Nel piatto, nell'ordine, vanno posti: la genovese sul fondo, sopra il risotto, cardoncelli scottati e nocciole frantumate (io preferisco quelle di Alba). Per me è un boccone tra dolcezza, sapidità e profondità autunnale.

Gabriele Camiolo - Lumia Organic Restaurant - Noto



Il ristorante



NOTO (SIRACUSA)

Una cucina creativa per tesori aromatici

In una antica masseria del Settecento, trasformata - con rispettosi lavori di recupero - in accogliente boutique hotel, il ristorante gestito da Gabriele Camiolo è un punto di forza che valorizza anche i frutti e le produzioni della vasta incontaminata valle ai suoi piedi, compresi 150 tipi diversi di piante aromatiche. Come fa, in questo periodo, con la Variazione di zucca, cardamomo e cúrcuma. Il Maiale 100 ore è con pera senapata e porro. Tra i dolci, la Ricotta Suzette. L'influenza positiva della formazione nei ristoranti del superchef Cannavaculo si coglie bene nei piatti di Camiolo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Lumia Organic Restaurant della Dimora delle Balze - SS 287, km 6,3 - 0931 1805361 Sempre aperto - Prezzo medio: 80 euro (menu da 120)

Paradiso in bottiglia

L'eleganza del Barolo che duetta con le carni



BAROLO DOCG
del Comune di La Morra 2021
Roche Costamagna
(Piemonte)
Prezzo: 35 euro

► Tanti vini per la versatile nocciola. Se usati in salsa o nella carne, noi scegliamo il Barolo Roche Costamagna del Comune di La Morra 2021, elegante ed armonico, di grande persistenza e finezza. Il nostro è un omaggio all'artista Claudia Ferraresi, gran signora del Barolo, prematuramente scomparsa, celebrata adesso in "Barolo Girls" (il libro di Gigi e Clara Padovani uscito per Gribaudo) sulle donne che hanno cambiato l'immagine delle Langhe e dei suoi vini. Oggi la cantina è ulteriormente valorizzata dal figlio Alessandro che sta anche creando nuovi vini, come questo inaspettato e moderno Barolo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



IL MERCATO

a cura di
Carlo
Ottaviano

L'ANALISI DELLA CONFCOOPERATIVE FEDAGRIPESCA

Salva la pesca delle vongole di mare l'Europa dà l'ok alle "taglia minima"

Tre millimetri. Per soli tre millimetri i nostri iconici spaghetti alle vongole sono salvi. Abbiamo rischiato di non mangiarli più a partire dal nuovo anno, ma la Commissione Europea ha appena autorizzato una deroga: fino a tutto il 2030, nonostante l'opposizione in particolare della Spagna, la marineria italiana potrà continuare a pescare le Chamelea gallina (insomma, le vongole) anche sotto i 25 millimetri, ma sopra i 22. Tre millimetri che fanno la differenza in un settore che vale 60 milioni di euro, che diventano 140 milioni consideran-

do l'intera filiera. Il via libera non riguarda tutte le vongole, ma solamente i cosiddetti lupini di mare, che nell'Adriatico faticano a raggiungere la taglia commerciale rispetto alla verace filippina di allevamento, praticamente ormai annientata dal granchio blu.

LE REGOLE

La vongola di mare in Italia è pescata e non allevata su larga scala come avviene altrove. L'Italia con 20 mila tonnellate l'anno è tra i principali paesi produttori mediterranei della specie, che rappresenta il 14% del totale del pesce

catturato in Italia. «Senza la deroga sulla taglia minima – spiega Paolo Tiozzo, vicepresidente di Concooperative Fedagri Pesca - le vongole di mare sarebbero di fatto scomparse dalle nostre tavole».

Questo avrebbe comportato non solo la fine di un prodotto simbolo della tradizione gastronomica italiana, ma anche un duro colpo per centinaia di imprese e cooperative che operano lungo l'Adriatico. Interi territori, da Chioggia al Delta del Po, da Comacchio a San Benedetto del Tronto, vivono di questa attività e



Paolo Tiozzo, vicepresidente della Concooperative Fedagri Pesca

non avrebbero potuto reggere a un simile contraccolpo economico. «L'aver stoppato l'irrigidimento della burocrazia europea ha evitato, quindi, il collasso del settore. «Il pericolo – aggiunge Tiozzo – era assai concreto se si guarda al crollo del 90% della produ-

zione di vongole vere, una specie messa in ginocchio dall'invasione del granchio blu, che ha devastato gli allevamenti. Per le vere, purtroppo, la crisi è stata inevitabile: l'aggressività del granchio ha reso complicato ogni tentativo di recupero. Stiamo lavorando per arginare l'emergenza, sperimentando nuove tecniche di gestione».

L'AMBIENTE

La deroga sarà giustamente limitata nel tempo e dovrà essere applicata in modo rigoroso, perché se è corretto tutelare il reddito dei pescatori, è altrettanto doveroso rispettare la piena sostenibilità ambientale. «Le nostre cooperative – precisa Tiozzo – da sempre operano nel rispetto dei disciplinari e dei piani di gestione, consapevoli che la risorsa mare è un patrimonio da preservare per le generazioni future».

© RIPRODUZIONE RISERVATA