

# AMICA

4. 9 SETTEMBRE 2020  
Euro 3,50  
www.amica.it

Natalie Portman  
*Prenditi una pausa*

**BEAUTY**  
*Salvarsi la pelle*

**INTERIORS**  
*Splendore lombardo*

**PASSIONI**  
*Horse club*

**STREET ART**  
*Potere Nero*

Sophia Roetz

Moda  
*dream up*





# LA SOSTENIBILE LEGGEREZZA DEL S UFFLÉ

Testo Micaela Zucconi • Illustrazione Klas Fahlén

**DOVE, COME E PERCHÉ LANCIARSI NELL'AVVENTURA DI UN CORSO DI CUCINA. SPINTI DA UN IMPULSO INTERIORE E NON SOLO MODAILOLO, CHE FA RITROVARE LE PROPRIE RADICI, QUALCHE CERTEZZA MA ANCHE TANTE EMOZIONI. SOTTO IL SEGNO DI UNA PICCOLA RIVOLUZIONE CHEF-TECH**

Dopo il Flower Power è arrivato il momento del Flour Power. La riscossa della farina, e degli altri ingredienti, per un'esistenza più fragrante. La richiesta di corsi di cucina è in costante crescita da qualche anno, con un boom di lezioni online nei mesi scorsi. Qual è la ragione di tanto fervore culinario? «Si tratta di una reazione per riappropriarsi con le proprie mani del gusto della vita, ricevendone un arricchimento estetico e culturale», spiega il sociologo Francesco Morace che, nel suo ultimo libro *La rinascita dell'Italia. Una visione per il futuro tra etica ed estetica aumentate* (Egea), affronta il problema della trasformazione della società. A imprimere una svolta è stato il tema di Expo 2015, Nutrire il Pianeta, con il focus su alimentazione e cibo. Ne è convinto Federico Lorefice, co-fondatore di Congusto Gourmet Institute a Mila-

no. «Gli iscritti sono raddoppiati sia nei corsi per professionisti sia in quelli amatoriali, frequentati ora da persone di tutte le età e professioni. In presenza e su Internet». Un'ascesa cui hanno contribuito le numerose trasmissioni televisive sull'argomento. La sovraesposizione mediatica, secondo Raffaele Alajmo, manager del gruppo Alajmo e fratello dello chef Massimiliano, ha spinto molti giovani verso il mestiere di cuoco e ha acceso la curiosità di una vasta utenza per chi voleva farne un hobby. «Una fetta di società, prigioniera della realtà intangibile del web, sente la necessità di qualcosa di concreto», sostiene Alajmo. Abbinare una gita, o una vacanza, a qualche lezione è l'altro aspetto della tendenza. Silvia Baracchi, proprietaria e chef del relais & chateaux Il Falconiere, vicino a Cortona (Arezzo), propone workshop aperti a tutti. ➔





**“C’È CHI SI ACCOSTA ALLE LEZIONI PER IMPARARE DAL MITO E RIFARE IL PIATTO DEL MAESTRO DEI FORNELLI. E CHI PER UNA NECESSITÀ CHE HA DEL SENTIMENTALE, O PER BISOGNO DI SOCIALITÀ”**



«La gente vuole vivere un’esperienza diversa, da condividere in compagnia, portandosi a casa una nuova ricetta». Lo conferma Nicoletta Lanza Tomasi. A Palermo, nel settecentesco palazzo di famiglia, la duchessa organizza corsi che sono soprattutto momenti culturali e umani, in un luogo fuori dall’ordinario: l’ultima dimora del principe Giuseppe Tomasi di Lampedusa, autore del romanzo *Il Gattopardo*. Il delicato biancomangiare al latte di mandorle e fiori di arancio è una delle ricette più amate. «Cucina e tavola rappresentano da sempre la convivialità e la famiglia. Un modo per ritrovare radici e certezze, ma anche emozioni, appagando un bisogno interiore», dice Antonino Cannavacciuolo, chef patron del ristorante due stelle Michelin all’interno del relais Villa Crespi, a Orta San Giulio (Novara). Le sue lezioni dimostrative, guidate dai sous chef, sono molto apprezzate.

**Che tipi di persone** frequentano i corsi? Maria Vittoria Mancini, consulente tecnico-gastronomica, abituata a entrare in punta di piedi nelle cucine di parecchie eccellenze stellate italiane, si è fatta un’idea. «Alcuni si accostano alle lezioni per imparare dal mito, per rifare il piatto dello chef. Altri per una necessità di sentimento o per socialità». Un discorso a parte riguarda chi vuole fare dei fornelli una professione. Tra le scuole più ambite quella di Niko Romito, chef del ristorante trisstellato Reale, in Abruzzo. «Lavoro da 20 anni in questo mondo e nel 2011 ho sentito il dovere di aprire un’accademia di alta formazione per condividere con i giovani cuochi la mia filosofia, fatta di studio e sperimentazione. Lo sforzo quotidiano di ricerca del nostro settore è il volano per trasferire nuovi concetti, processi e protocolli dalla ristorazione stellata a quella casalinga, collettiva e all’industria della trasformazione agroalimentare», racconta Romito, che ha sviluppato un modello di gastronomia made in Italy per tutti i ristoranti di Bulgari Hotels & Resorts (il prossimo sarà a Roma, nel 2022). L’innovazione è un tema caro anche al Gambero Rosso, che spazia dai corsi professionali e amatoriali - 14mila presenze annue - all’editoria e alla televisione. «Dopo l’evoluzione da nutrimento a convivialità, ora è il momento della rivoluzione chef-tech, con corsi sulle tecnologie più avanzate, dall’abbattitore alle cotture a bassa temperatura, alla macchina per friggere la carne e al Coravin, strumento per conservare intatte le caratteristiche del vino, versandolo

**USI & COSTUMI**

senza togliere il tappo», racconta il presidente Paolo Cuccia. «L’esperienza enogastronomica è fenomeno socio-economico, importante e influente».

**A quelli in presenza** si affiancano i corsi online, modalità maturata già prima del lockdown da alcuni chef. Come Luca Montersino, pasticciere di fama internazionale, che da dieci anni propone ricette e lezioni in diretta sulla piattaforma iCookEat. Con la compagna di vita e di lavoro Romina Imbrescia, Montersino, vincitore del bando San Marino Innovation, si è trasferito da poco nell’antica Repubblica, dove sta avviando un laboratorio d’avanguardia per lo sviluppo di prodotti salutistici e anti-intolleranze (è appena uscito per Italian Gourmet il suo libro *Senza zucchero*). La ricerca è accompagnata da corsi in realtà aumentata (3D per il web) in tutto il mondo, oltre a quelli in presenza. Anche Massimo Bottura si era prestato all’insegnamento in Rete già nel 2019 per MasterClass, startup che invita personalità del settore della ristorazione a impartire le basi agli utenti. Più recente Club Academy, che offre lezioni sul web con chef sempre diversi. Oltreoceano spopola invece Matthew Kenney, da anni votato a una filosofia “plant based” e fondatore del Food Future Institute: le sue tecniche inedite e l’approccio salutistico sono fruibili online in tutto il mondo. Verdi sono pure i piatti “selvatici” dello chef Roland Lamprecht del nuovo hotel Forestis, immerso in un bosco a 18 km da Bressanone. Un trionfo di erbe, frutti, gemme di abete rosso e pino mugo. Ma c’è anche chi cucina al largo, come Mauro Stoppa a bordo del bragozzo Eolo, tra le atmosfere della laguna di Venezia. Reale o virtuale che sia l’ambiente, ciò che conta è impastare emozioni, sobbollire sentimenti, saltare a fuoco vivace il divertimento. Rosolandoci nel godimento di non pensare ad altro che alla nostra ricetta. ■

**COTTO E MANGIATO**

Dalle Dolomiti alla Sicilia (arrivando fino agli Stati Uniti), scuole e startup per imparare l’arte gastronomica.

- Alajmo**, la cucina come passione di famiglia, alajmo.it.
- Club Academy**, corsi online, clubacademy.it.
- Congusto**, lezioni in presenza e online, congusto.com.
- Eolo**, bragozzo gourmet di Mauro Stoppa, cruisingvenice.com.
- Forestis hotel**, cucina selvatica sulle Dolomiti con lo chef Roland Lamprecht, forestis.it.
- Gambero Rosso**, corsi in presenza e online, gamberorosso.it.
- Il Falconiere**, relais e ristorante di cucina toscana con Silvia Baracchi, una stella Michelin, ilfalconiere.it.

- Matthew Kenney**, corsi online, foodfutureinstitute.com.
- Maria Vittoria Mancini**, consulente tecnico-gastronomica, @madeinmavi81.
- Luca Montersino**, lezioni in presenza e online, lcookeat.it e lucamontersino.it.
- Nicoletta Lanza Tomasi**, cucina siciliana, butera28.it.
- Niko Romito**, ristorante Reale 3 stelle Michelin, e Accademia Niko Romito, nikoromito.com.
- Villa Crespi**, lezioni dimostrative dello chef Antonino Cannavacciuolo, 2 stelle Michelin, villacrespi.it.

**SEGRETI BOTANICI**

Shampoo e balsami naturali al 90 per cento. Ingredienti estratti dalle piante. Per far brillare i capelli, Herbal Essences riparte dal “verde”. E dal sapere dei Kew Gardens



Sopra. Maschera riparatrice per capelli danneggiati (250 ml) e Balsamo ripara i capelli danneggiati (250 ml) della linea Olio di Argan di Herbal Essences.

**VERI ESTRATTI VEGETALI IN BOTTIGLIA.** Da servire freschi di spremitura ogni giorno sotto la doccia. Herbal Essences rinnova la linea di shampoo e balsami per prendersi cura dei capelli, affidandosi alla forza della natura più pura: quella delle piante. E lo fa cogliendone gli esemplari più potenti, mixandoli sapientemente tra loro, aiutandoli a sprigionare efficacia senza l’intralcio di coloranti, parabeni e glutine. I veri estratti botanici presenti nei prodotti hanno ottenuto il benessere e la certificazione della massima autorità in materia al mondo, quella dei leggendari Kew Gardens, i Giardini di Sua Maestà, custodi di segreti (e specie) ultracentenari. La ricetta dedicata ai capelli danneggiati, per esempio, attinge ai poteri nutrienti, districanti e leviganti dell’Olio di Argan. Questo attivo, ricavato direttamente dai semi della pianta di *Argania spinosa*, entra nel cuore della nuova formulazione a base di veri estratti di *Algae Marine*, *Aloe* e *Istidina* (un potente antiossidante che aiuta a rimuovere l’accumulo di radicali liberi) per riportare i capelli alla loro naturale bellezza. Altri cinque segreti botanici sono affidati alle proprietà di *cocco*, *fragola bianca*, *moringa*, *passiflora* e *pompelmo bianco*, in coppia con la *menta di Mosa*.

AMICA PROMOTION