

FRIGO WEEKLY 89

EDITORIALE



Caffitaly

Un abbinamento tanto inusuale quanto sorprendente, in questo caffè aromatizzato in edizione limitata, l'aroma intenso del caffè incontra il gusto fresco e avvolgente del lampono: un sapore (e un profumo) unico e indimenticabile. Un equilibrio perfetto di amaro e dolce per restituire un sapore autentico, capace di rendere la pausa caffè un momento speciale.



Il latte è l'acqua vestita da sposa.

RAMÓN GÓMEZ DE LA SERNA

Algida

Il viaggio di Cornetto Sud inizia con la granella di mandorle tostate che si poggia su un composto di cacao croccante, un gelato alla mandorla, tipico delle terre italiane ma con un'apertura verso territori ignoti grazie ad un cuore di salsa al frutto della passione. Il tutto avvolto in una cialda al cacao e polvere di caffè, tipico dei territori partenopei.



A LEZIONE DI SOSTENIBILITÀ Mettiamo il coperchio sulla pentola quando possibile; può far risparmiare un quarto dell'energia per la cottura.

www.alezionedisostenibilita.it

SCUOLE DI CUCINA: DA BRUTTI ANATROCCOLI A CIGNI

Questo Editoriale di fine lezioni, in attesa della riapertura a metà settembre, lo vogliamo dedicare ad alcune considerazioni emerse dagli ultimi 3 anni passati tra scuole di cucina e corsisti.

Prima considerazione non scontata: anche quest'anno lo abbiamo portato a casa! Non senza fatica, non senza combattere ogni giorno con problemi di cui anni fa neanche sapevamo dell'esistenza, non senza lasciare sul campo tanto, troppo di noi.

L'anno scorso ci siamo resi conto di quanto fosse importante il sorriso di un corsista e quanto fosse coinvolgente e bello trasmettere la cultura della cucina e con questa energia abbiamo trovato la forza per andare avanti, ma adesso questa spinta non basta più.

L'anno che viene, oltre a darci una pacca sul-

la spalla deve anche mettere la mano al portafogli. Per forza!

Altra considerazione è che i corsi on line, su cui noi tutti abbiamo investito energie e competenze per sostituire quelli in presenza, non hanno più un gran senso. Appena si è potuto ritornare nelle cucine fisicamente, i corsi on line sono quasi scomparsi; troppo difficili da realizzare se si vuole tenere un ritmo alto della lezione, troppo complicati da valorizzare, troppo impersonali nonostante tutti gli sforzi comunicativi degli insegnanti...

Ultima considerazione è che le scuole di cucina, in generale, hanno acquisito una credibilità e un'immagine "contemporanea e trendy" come mai negli ultimi 10 anni. Questo è dovuto sicuramente ai lockdown che hanno fatto scattare nelle famiglie la voglia di vivere

di più la propria casa e la propria cucina, imparando preparazioni e ricette che potessero replicare in momenti speciali. Ma non solo, il successo che si prevede per i corsi di cucina il prossimo anno è dovuto anche alla sensibilità degli insegnanti nel capire quello che desiderano apprendere i propri corsisti, come ad esempio il progetto "A lezione di sostenibilità" che ha avuto una straordinaria adesione da parte delle scuole che hanno sottoscritto il Manifesto per un insegnamento della cucina con anche il valore della sostenibilità.

Anche quest'anno quindi un grande applauso va alle scuole di cucina, anzi per "scimmiettare" un meme dei social di questi giorni alle scuole diciamo: "Chapeau"!

Di Massimo Vaccaro



LE COSE CHE "FORSE" NON SAI DEL LATTE

CALCIO IN QUELLO VACCINO

*Se confrontato con il latte di altri mammiferi, il latte vaccino è la fonte più ricca di calcio (119 mg/100 g), ma è un'ottima fonte anche di altri sali minerali quali potassio (150 mg/100 g), fosforo (93 mg/100 g) e sodio (50 mg/100 g).

VITAMINE IN QUELLO CRUDO

*Il latte crudo (non trattato termicamente) contiene tutte le vitamine, tra cui le più rilevanti sono quelle del gruppo A e del gruppo B.

ALTO POTERE SAZIANTE

Ha un alto potere saziante e, se assunto a colazione, aiuta a mangiare meno nei pasti successivi. Dal punto di vista nutrizionale, 100 ml di latte intero apportano circa 64 kcal (268 kJ) ripartite tra proteine, carboidrati e grassi.

PRODOTTO SICURO

È un prodotto sicuro: in Italia e nell'Unione Europea, grazie al moderno approccio "dal campo alla tavola" ("from farm to fork"), la qualità, la sicurezza e la tracciabilità del prodotto è garantita lungo tutta la filiera produttiva.

IDEALE NELLA DIETA MEDITERRANEA

Il latte e i suoi derivati sono considerati alimenti cardine della dieta mediterranea e per questa ragione la loro assunzione è fortemente consigliata, nell'ambito di una alimentazione bilanciata, per tutte le fasce di età.

Sono trascorsi 85 anni dall'istituzione del mese del latte (giugno), ma lo slogan con cui è nato nel 1937 Keep Youthful - Drink Milk è quanto mai attuale.

Oltre al suo contributo per mantenersi giovani (in particolare giova alla salute dello scheletro) ecco altri 5 buoni motivi per consumare latte e latticini, non solo a giugno ma tutto l'anno!

FRIGO WEEKLY 89

LE MIGLIORI SCUOLE DI CUCINA

Le scuole di cucina che hanno aderito al 'progetto "A lezione di sostenibilità" e che hanno sottoscritto il Manifesto per un insegnamento della cucina con anche il valore della sostenibilità, sono segnalate in verde con il logo dell'iniziativa. Buona ricerca della scuola giusta per i tuoi corsi.

MARCHE

MACERATA

MY MARCA
mymarca.it
ANCONA
TIRIBOCO
tiriboco.com

TOSCANA

FIRENZE

ARTE CUL. CORDONBLEU
cordonbleu-it.com
PENTOLA DELLE M
ERAVIGLIE
theflorencechefs.it
PALAZZO TORRIANI
palazzotortiani.it
CUCINA CON VISTA
cucinaconvista.it
IN TAVOLA
intavola.org
FLORENCE CULINARY SCHOOL
florenceculinaryschool.com
LAILAC
lailac.it

PECCATI DI GOLA

(Empoli)
peccatidigola.info
MAMA FLORENCE
mamaflorence.com
ACCADEMIA ITALIANA
PANDOLFINI
cookingintuscany.net
DREAM CHEF
dreamchef.it
FLORENCE FOOF STUDIO
florencefoodstudio.com
SCUOLA DI GIUSEPPINA
cucinagiuseppina.com
CUCINA L. DE MEDICI
cucinaldm.com

ACCADEMIA ITALIANA CHEF

firenze.academiaitalianachef.com

SIENA

SCUOLADI LELLA
scuoladicucinadilella.net
ASS. CUOCHI SENESI
associazionecuochisenesi.com

LOVELYCHEFFA

lovelycheffa.it

PISTOIA

COTTO AD ARTE
scuoladicucinamontecatini.it

GUSTAR

gustar.it
SCUOLA TESSIERI
scuolatessieri.it

AREZZO

I GISTASAPORI
gustasapori.it

LAZIO

ROMA

A TAVOLA CON LO CHEF
atavolaconlochef.it
SCUOLA DI ANNA MORONI
annamoroni.it
COQUIS ATENEO
ITALIANO
coquis.it
LES CHEFS BLANCS
www.leschefsblancs.it
MEDITERRANEUM
mediterraneumlabor.it

MIND
mindnotizie.it

OFFICINE CULINARIE

officineculinarie.it
PURPLE TASTE
m.me.purpletaste.it
RISTORANTE
PAGNANELLI
pagnanelli.it
TU CHEF

nuovatu.chef.it
IL CIRCOLO DEI
BUONGUSTAI
ilcircolodeibuongustai.net

LOVELYCHEFFA

lovelycheffa.it
DUE CUOCHI PER AMICI
corsidicucinaroma

GRANO & FARINA

grano-farina.com
PEPE VERDE
pepeverde.it

ONE DAY CHEF
onedaychef.it

ACCADEMIA ITALIANA CHEF

roma.academiaitalianachef.com

LATINA

BURRO & BOLLICINE
burroebollicine.it

SALE

scuolacucinasale.it
LATINA IN CUCINA
latinaincucina.com
NOI CHEF
noichef.it
OPERA' LAB
pasticceriaopera.com
FROSINONE
CASA GREGORIO
italyculinaryholiday.com

UMBRIA

PERUGIA

CUOCHI A PUNTINO
cuochiapuntino.it
PECCATI DI GOLA
peccatidigola.info
TERNI
CHEF ACADEMY
chefacademy.it

CAMPANIA

NAPOLI

CUCINAMICA
cucinamica.it
EFOPASS
efopass.it
IL SALOTTO VERACE
ilsalottoverace.it
LA CUCINA DI ADELE
cucinaadele.com

TOFFINI ACADEMY
toffini.it

ALE CHEF

alechef.eu
QUANTO BASTA
quantobastatorrento.com
MEDEATERRANEA
ACCADEMIA
medeaterranea.org
CASERTA
DOLCE E SALATO
dolcesalatoscuola.com
I COOK YOU
icookyou.com
LECOLONNE MARZIALE
lecolonnemarziale.it
SALERNO
AZ. AGR. SELIANO
agriturismoseliano.it

MAMMA AGATA

mammaagata.it
CUCINA DI CLASSE
cucinadiclasse.com
HUMUS NATURA CHEF
humusnaturadichef.it
ACCADEMIA TRUCILLO
www.trucillo.it



ABRUZZO

L'AQUILA

QUANTO BASTA
qbscuoladicucina.it
SCHERZA COL CUOCO
scherzacolcuoco.it
HOTEL IL TIGLIO
hoteliltiglio.com
CHIETI

RED RESEARCH
redresearch.it

PESCARA

SWEETEST SCHOOL
sweetest.it

CALABRIA

CATANZARO

IL PIATTO GIUSTO
piattogiusto.it
CUOCHI CATANZARESI
apc.catanzaro.it
REGGIO CALABRIA
CUOCHI CALABRIA
cuochicalabresi.it
PECCATI DI GOLA
peccatidigola.info
COSENZA
MACCARONI
maccaronichefacademy.it

PUGLIA

BARI

ANICE VERDE
aniceverde.com
FACTORY DEL GUSTO
factorydelgusto.it
GALENA CHEF
galenachef.it
LA SCUOLA DI CUCINA
paolapettini.it
LET'S COOK
facebook.com/pages/lets-cook

MARTINELLI
mastershefmartinelli.it

PECCATI DI GOLA
peccatidigola.info
SCUOLA DEL GUSTO
scuoladelgusto.it

DIREFAREGUSTARE
direfaregustare.com

CHIACCHIERE E FORNELLI
facebook.com/chiacchierefornelli

LECCE

CUCINA AZZURRA
cookingexperience.it
DIETRO AI FORNELLI
dietroaifornelli.it
IL GUSTO DEL TACCO
ilgustodeltacco.it
ACCADEMIA ITALIANA CHEF
lecce.academiaitalianachef.com

BASILICATA

POTENZA

MASSERIE DEL FALCO
masseriedelfalco.it
MATERA
COOK'N FAN AT MARY'S
cooknfanatmarys.com

SICILIA

PALERMO

ANNA TASCA LANZA
annatascalanza.com
MAURIZIO CASCINO
mauriziocascino.it
SCUOLA BE CHEF
be-chef.it
TRAPANI

NUARA
cooksicily.it

CATANIA

MYDA
mydaeventi.com

BUFFETTIERI

buffettieri.it
MESSINA

PORTA MESSINA TARIS

ristoranteportamessina.it

LA TOVAGLIA VOLANTE

latovagliavolante.it

CALTANISSETTA

ANNA TASCA LANZA
annatascalanza.com

SARDEGNA

CAGLIARI

IL GIARDINO DEI PIACERI
facebook: Il-Giardino-dei-piaceri
LUIGI POMATA
luigipomata.com
WORK UP
work-up.it
OLBIA - TEMPIO
ASS. CUOCHI GALLURA
cuochigallura.it

LE AZIENDE CHE HANNO FIRMATO IL MANIFESTO

CAFFÈ TRUCILLO

trucillo.it
FARINE PETRA
farinapetra.it
MASSERIA FRUTTIROSSI
lomesuperfruit.com
URBANI TARTUFI
urbanitartufi.it
RIGONI DI ASIAGO
rigonidiasiago.it
PANPIUMA
panpiuma.it
PETRA MARMI
nicola-dellerba.com
ACETIFICIO VARVELLO
acetovarvello.com
RAFFAELI 1899
miapoesia.it

PASTIFICIO LAGANO
pastificiolagano.it

FONTANETO

fontaneto.com
SPIRITO CONTADINO
spiritocontadino.com

GARDA EGG CO

nicola-dellerba.com
CILLARIO E MARAZZI
cillarioemarazzi.it

MOLINI DEL PONTE

molinidelponte.com
RISO BUONO
risobuono.it

IL MOLINO

oliodelmolino.it