



Takaaki Shibuya dell'Osteria 10 Mondi

**IL POSTO GIUSTO****C'è una storia a Gerace di vini e sapori**

UN angolo incantevole di natura e paesaggio, tra i più belli del Sud. Delimitato dalle falde dell'Aspromonte e dalla Costa dei Gelsomini. Sono 800 ettari in agro dei comuni di Gerace, Locri, Portigliola e Antonimina. Consacrati (da millenni) agli ulivi ma anche agli agrumi, agli ortaggi, agli allevamenti e negli ultimi anni anche ai vini.

Le tenute "Barone G.R. Macri" hanno grandi numeri ma taglio e stile di antica bottega artigianale. Rappresentano già un modello di innovazione e conservano ancora molti e ampi margini di crescita.

"Puntiamo innanzitutto sulle tipicità e sul biologico - sottolinea Francesco Macri, che per anni ha presieduto Confagricoltura-Calabria - valorizzando extravergini, formaggi, prodotti ortofruttili, i mieli e i vini".

Per capirci, le olive da tavola le preparano secondo tradizione, nere sott'olio, in salamoia e schiacciate sott'aceto. Tra i vini, oltre al Terre di Gerace bianco, rosso e rosso, c'è il Centocamere Metodo Classico che si avvalgono di etichette e packaging di bel design e sono stati appena presentati al Vinitaly. Tutto è proposto nel ristorante del confortevole agriturismo dell'azienda, in vendita nello spazio ma anche on-line. I prezzi? Gli extravergini monovarietali, 7,50 euro/l; il miele (150 arnie) 8-12 euro kg; i formaggi (pecorini, vaccini e caprini) 8-12 euro kg; il Centocamere spumante Metodo Classico 15 euro.

Barone Macri - Gerace - C.da Modi - Tel: 0964 356497 - 335 123 83 052 - www.baronemacri.it  
Twitter: @GFRancoManfredi



10 Mondi ha aperto coraggiosamente i battenti a Bagnara, luogo di importante e identitaria tradizione culinaria.

La cucina giapponese, malgrado le apparenze, somiglia in fondo a quella italiana. Perché punta su un'incredibile varietà di prodotti, ingredienti e materie prime, valorizzati da preparazioni e cotture essenziali legate a molteplici realtà storiche, tradizionali e regionali. Ed anche loro hanno fatto proprie consuetudini alimentari di altri Paesi. È il caso del Ramen, la zuppa che fino a sessant'anni fa in Giappone era chiamata shina sobe (zuppa cinese), divenuta di grande, grandissima moda negli ultimi tempi.

Sarà pure tarocata altrove, ma quella di Takaaki a Bagnara l'ho trovata ottima. Un autentico Ramen dello Stretto, con un misto di pescato fresco locale, seppioline, filetti di spatola, carote, zucchine (aglio) e ingredienti orientali (cavolo, zenzero, salsa di soia e olio di sesamo) che in menu è indicata a 10 euro, ma che consiglio di chiedere in abbondantissima.

Molto buono anche l'antipasto con 7 assaggi (vellutata di fave e patate, zucchine ripiene di merluzzo, crocchetta verde con salsa tonkatsu, parmigiana di alalunga, sformato di carciofi, pesce al sesamo su crema di cipolla e spatola in salsa teriyaki) e gustosissima la tempura di gamberi e filetti di pesci misti. Io ho bevuto la birra Sapporo ma c'è una discreta lista di vini del territorio.

**Purtroppo chiuderà tra qualche settimana, ai primi di maggio. Non per lasciare la Calabria, per fortuna, bensì per spostarsi nel Vibonese, molto probabilmente dalle parti di Tropea. Affrettatevi, dunque, ad assaggiare i suoi piatti a Bagnara, ma di lui sentiremo ancora parlare.**  
gianfrancomanfredi@gmail.com

**► TAVOLE A SUD.** di GIANFRANCO MANFREDI

# Takaaki e il Ramen dello Stretto

## Correte a Bagnara per gustare la cucina japan-calabrese

**Il giudizio**  
**VOTO: 14/20**

Ci piace di più: location essenziale, cucina a vista, contaminazioni calabro-giapponesi

Ci piace di meno: È un locale one-man-band e di conseguenza i tempi non sono velocissimi

**Osteria 10 Mondi**  
Bagnara (RC)  
Corso Garibaldi 205  
tel: 346.6804496  
Chiuso: in genere lunedì  
Aperto: pranzo e cena  
Ferie: variabili  
Carte di credito: tutte  
Conto medio 30 euro, bevande escluse



AL Sud non detta legge in materia di mode gastronomiche, come sta avvenendo da anni ormai nelle città del Centro-Nord e di gran parte d'Europa, inondate da sushi e sashimi. Anche qui da noi, però, la cucina giapponese comincia a dire la sua con una certa autorevolezza. Ne ho avuto piena conferma l'altro giorno a Bagnara, dove ho trascorso un paio d'ore godibilissime al tavolo, anzi al bancone con vista sui fornelli, del-

l'Osteria 10 Mondi di Takaaki Shibuya.

Cuoco 48enne, originario di Kamakura, nel golfo di Sagami sul Pacifico, Takaaki m'era stato segnalato da una stavane amica giapponese, Aiko Otomo, appassionata di gastronomia che ha scelto di farsi calabrese per amore. Pochi tavoli (25 coperti al massimo), lindo, semplice, essenziale - senza gli abusati orpelli jap che connotano locali visti in giro - l'Osteria

per volta. Impastate bene fino ad ottenere un composto liscio ed elastico, quindi unite la frutta candita. Questo impasto va lasciato a lievitare per 12 ore.

Ora prendete l'impasto levitato, lavoratelo per qualche minuto con le mani. Poi adagiatelo nello stampo per colomba e lasciate lievitare ancora fino al raddoppio del volume (circa 2 ore). Ecco il procedimento per prepararla: montare gli albumi con lo zucchero a velo, non devono essere molto solidi ma bianchi e spumosi.

Spennelate sulla colomba e adagiate le mandorle e la granello di zucchero. Accendete il forno a 180 gradi e fate cuocere per 45 minuti circa. Per vedere se la colomba è pronta immergete uno stuzzicadenti all'interno: se ne esce ancora bagnato prolungate un poco la cottura.

tiz. a.



La colomba fatta in casa

Se volete potete inviarci le vostre ricette di dolci per la nuova rubrica "Dolcis in fondo" all'indirizzo [taceito@quotidianodelsud.it](mailto:taceito@quotidianodelsud.it)



## Mangiare bene senza sale e grassi

MANGIARE bene senza usare sale, grassi o zucchero aggiunti: Senza®. La sfida alla base de la Cucina del Senza®. La pasta senza sale o la torta di mele senza zucchero sono sane dal punto di vista nutrizionale, ma possono essere anche buone? La risposta è in questo libro: tante ricette semplici e ricche di gusto, perfette per la cucina di ogni giorno, per una cena con gli amici o per una festa in famiglia, dimostrano che bastano piccoli accorgimenti per guadagnare in salute senza rinunciare al piacere di mangiar bene. Una ricca introduzione svela i benefici e i principi della Cucina del Senza, con tutte le indicazioni necessarie per metterli in pratica ogni giorno: non servono rivoluzioni, basta fare attenzione agli ingredienti e alle tecniche di cottura.

La cucina del senza  
Piatti gustosi senza l'aggiunta di grassi  
di **Marcello Coronini, Roberto Perrone**



La copertina del libro