

# BLUARTE



HOME TASTE & WINEART ARTETURISMO PALCOSCENICO ARTE IN IN MOSTRA NEWS VIDEO CONTATTI



Sei qui: Home → TASTE & WINEART → Marcello Coronini, il gusto della salute

## Marcello Coronini, il gusto della salute



**Marcello Coronini, la passione e la dedizione sono le leve del mio lavoro. Gusto in Scena invita a confrontarsi con la Cucina del Senza secondo la triade: qualità, gusto, salute, quindi senza sale, zucchero e grassi aggiunti. Una vera e propria officina creativa composta, non solo da cuochi, pasticceri, pizzaioli ma da tutti i produttori e visitatori.**

di Antonella Iozzo



Marcello Coronini, giornalista, critico enogastronomico, scrittore, ideatore e fondatore de "La Cucina del Senza" e di "Gusto In Scena" racconta come ritrovare il benessere iniziando dalla tavola, una piacevole conversazione dalla quale emerge la sua passione. Nuance di pura dedizione che dipingono le idee trasformandole in un sinfonia di gusto, salute e benessere che diventa stile di vita grazie all'intuito e alla lungimiranza del suo ideatore.

**Marcello Coronini ideatore de La Cucina del Senza, può brevemente spiegarci il concept di questo nuovo modo di avvicinarsi all'arte culinaria?**

L'intuizione nasce nel 2011 e si basa su un principio molto semplice: creare una cucina gustosa e attenta alla salute grazie all'eliminazione del sale, dello zucchero e dei

grassi aggiunti, quindi, in perfetto equilibrio tra benessere fisico e piacere della tavola.

**Lei è stato anche autore di un ciclo di lezioni sull'alimentazione alla facoltà di Medicina dell'Università degli Studi di Milano...**

Mi sono sempre occupato di salute e il rapporto con il cibo è fondamentale per uno stile di vita sano e corretto, da qui il legame che mi ha portato a condurre un ciclo di 4 lezioni. I grassi, il sale, lo zucchero sono, comunque, indispensabili per la nostra alimentazione, ma l'aggiunta degli stessi è estremamente dannosa per la salute, ciò vuol dire che quelli contenuti negli alimenti sono sufficienti per un'alimentazione equilibrata.

**La salute vien mangiando. In questo caso, più che uno slogan è una realtà possibile?**

Assolutamente sì. La nostra è una cucina che aiuta a prevenire l'insorgere delle molte patologie causate o aggravate da un utilizzo costante di grassi, zuccheri e soprattutto di sale come il diabete e l'ipertensione.

**Marcello Coronini fondatore e curatore di Gusto in Scena, ottava edizione in programma il 28 e il 29 Febbraio 2016 a Venezia, ne vogliamo parlare?**

### Altri articoli



**Alois Clemens Lageder. Il vino, lo stile, la storia**  
Alois Clemens Lageder. La storia è importantissima per il presente, ed il presente lo è... [Leggi ►](#)



**Angelo Nasta, chef con la semplicità nel cuore**  
Angelo Nasta, chef del Ristorante Il Vico della Torretta posto di charme dove ti senti... [Leggi ►](#)



**Christian Pircher talento da chef. Dalle Alpi al mondo**  
Christian Pircher chef. Impegno, talento e una giusta dose di ambizione scivolano in una cucina... [Leggi ►](#)



**Alois Lageder. Vini come memorabile portraits**  
Alois Lageder, l'assoluto, il vino, l'uomo e l'universo, la tradizione e la modernità, non antitesi... [Leggi ►](#)



**Hotel Orfila Garden Restaurant. Into the style, the taste**  
Hotel Orfila Garden Restaurant Madrid. Piatti d'autore con lo Chef Carpintero, in bilico fra memoria... [Leggi ►](#)



**Adler Balance Restaurant Tradition and taste**  
Adler Balance Restaurant Tradition and taste. Dopo un'escursione tra la natura, una passeggiata nella romantica... [Leggi ►](#)



**Ristorante Laurin. L'equilibrio creativo dei sapori**  
Ristorante Laurin, eleganza che persegue l'armonia, personale che disegna raffinata cura per il dettaglio... [Leggi ►](#)

Gusto in Scena invita a confrontarsi con la Cucina del Senza secondo la triade: qualità, gusto, salute, quindi senza sale, zucchero e grassi aggiunti. Una vera e propria officina creativa composta, non solo da cuochi, pasticceri, pizzaioli ma da tutti i produttori presenti a "Gusto in Scena" e dai visitatori professionali che cercano una cucina come quella da noi proposta, ma anche dai produttori, selezionati da me e da Lucia per l'alto livello qualitativo, per le persone che sono dietro ad ogni etichetta, per le caratteristiche del territorio, la classificazione di vini, infatti, è su base territoriale: Mare, Montagna, Collina e Pianura. Questa classificazione è stata brevettata presso l'Unione Europea ed è diventata nota soprattutto grazie a "Gusto in Scena".

Molti chef hanno interpretato, esaltato, condiviso La Cucina del Senza creando apposite ricette. Qual è lo chef, o, la ricetta che l'ha particolarmente colpita per l'audacia o l'originalità?

C'è ne sono stati tanti ma in particolare ricordo Heinz Beck, presente all'edizione del 2014. Più che una sua ricetta quello che mi ha colpito è stato scoprire come le regole della cucina del senza fossero alla base della sua filosofia culinaria. Da tempo Heinz Beck aveva inserito nei suoi menu piatti ideati con questi principi ma non sono mai stati valorizzati. Per Beck "Gusto in Scena" non è solo il palcoscenico ideale per portare a conoscenza il grande pubblico dell'aspetto salutare del gusto, ma è confronto fra gli chef, è intuizione ed estro al servizio del gusto e della salute. Idee semplici alle quali abbiamo saputo dare il giusto equilibrio. Un unione d'intenti che mi ha entusiasmato e gratificato.

**Secondo Marcello Coronini, perché La Cucina Del Senza sta riscuotendo tanto successo?**

Per la sua semplicità, fattibilità e versatilità. Si può abbinare a qualsiasi dieta e a qualsiasi cucina in ogni angolo del globo, basta non senza aggiungere: sali, zuccheri, grassi, e valorizzare gli alimenti nella loro interezza visto che queste sostanze sono già presenti. Proprio in questi giorni sono stato intervistato da una giornalista inglese entusiasta degli aspetti curativi e preventivi di La Cucina del Senza.

**Com'è cambiato il gusto nel tempo?**

Il gusto sta evolvendosi costantemente, oggi c'è una maggiore attenzione alla qualità della materia prima, e una maggiore consapevolezza che la salute è strettamente correlata al cibo. Il giusto equilibrio tra benessere fisico e piacere della tavola è sempre sotto i riflettori del consumatore e degli addetti ai lavori.

**La sua maggiore soddisfazione?**

Ne ho ricevute tante nel corso di questi anni, dai produttori, dai cuochi, dai giornalisti, dal pubblico. Facendo un percorso a ritroso ricordo il congresso del 2008. Durante la cena di gala, nel mio consueto saluto tavolo per tavolo, quello dei cuochi, mi sorprese e mi commosse. Vi erano 8 cuochi tra cui Alfonso Jaccarino che fece da portavoce. Nelle sue parole tutta l'ammirazione nei miei confronti. Non pensavo che la mia passione e la mia dedizione era così lampante da sorprendere i cuochi tanto da essere considerato uno di loro, non pensavo che il mio lavoro fatto dietro le quinte del congresso, oppure i miei interventi, durante l'evento se c'era un momento di defianze, fossero così apprezzati proprio per il mio modo di pormi, sempre con estremo tatto e sensibilità. Per me è stato un grande onore, una grande gratificazione che mi ha ripagato da tutte le fatiche.

**Per Marcello Coronini la passione è il motore di Gusto in Scena?**

La passione e la dedizione sono le leve del mio lavoro. Mi animano costantemente, durante tutto l'anno nella ricerca dei produttori, nell'organizzazione, nello scrivere, nel testare nuove ricette. È un ingrediente primario.

**In questo periodo sta preparando un libro su "La Cucina del Senza". Cosa ci può anticipare?**

Sì, nel mese di Aprile uscirà un libro dal titolo La Cucina del Senza® edito da Feltrinelli. In 160 pagine il libro affronta in modo completo "Gusto in Scena" nella sua interezza: congresso, quindi, cuochi, pasticceri, pizzaioli e produttori gastronomici. Nella prima parte del libro il giornalista del Corriere della Sera, Roberto Perrone m'intervisterà ad ampio raggio in qualità di autore e ideatore. La seconda parte invece sarà completamente dedicata a 67 ricette da me ideate e conterrà non solo le regole per realizzare questa cucina, ma un'analisi di importanti medici sulle patologie influenzate da grassi, sale e zucchero aggiunti.

**Per le casalinghe e tutti gli appassionati di cucina, può essere un valido strumento per creare piatti semplici, buoni e salutari?**

Absolutamente sì. Il libro, infatti, contiene pagine dedicate al modo di fare la spesa, alle tecniche di cottura, fino ai piccoli ma geniali accorgimenti capaci di rendere piatti gustosi e salutari.

**Il sapore della salute sarà la quintessenza di un libro da scoprire ricetta dopo ricetta?**

Star bene a tavola è una delle chiavi di volta per star bene nella vita. La semplicità de La cucina è il fil rouge tra il benessere e il piacere della tavola.

di Antonella Iozzo ©Riproduzione riservata  
(29/01/2016)

**Ristorante Il Vico della Torretta. Arte e tradizione**

Ristorante Il Vico della Torretta, il tempo e la memoria scolpiscono le forme della bellezza.... [Leggi ▶](#)

**La vie en rose della malvasia, Villa Oppi**

La vie en rose della malvasia a Villa Oppi, nel convegno Malvasia rosa dall'origine genetica.... [Leggi ▶](#)

**Borsari36 Restaurant. Il lato gourmet della leggerezza**

Borsari36 Restaurant, dimora gastronomica di Palazzo Victoria, luxury hotel, Verona. In ogni piatto la... [Leggi ▶](#)

**Restaurant La Caravella approdo culinario veneziano**

Restaurant La Caravella Venezia, una poesia del cibo i cui primi versi scolpiscono la tradizione.... [Leggi ▶](#)

**Pelago Restaurant. Radiosa italianità a Chicago**

Pelago Restaurant di Chicago. Mediterranea essenza per una cucina, quella dello Chef Mauro Mafrić, in... [Leggi ▶](#)

**Trentodoc Bollicine days**

Trentodoc Bollicine sulla Città. Una sinfonia concertante la musicalità dell'equilibrio nel fine perlage delle bollicine.... [Leggi ▶](#)

**Afternoon Tea al Palm Court. Tradition chic and glam**

Afternoon Tea al Pal Court del Drake Hotel di Chicago, l'alta società non è l'eccezione.... [Leggi ▶](#)

**Ristorante Cannavacciolo. Autentica beltà da Chef**

Ristorante Cannavacciolo a Villa Crespi. La perfezione è un concept che incontra il buono nella... [Leggi ▶](#)

**ISWA. Sette Cantine in sinergica evoluzione**

ISWA ed è interazione di idee e di valori come coesione, condivisione, comunicazione ed ospitalità.... [Leggi ▶](#)

**Top vini Alto Adige. Questione di terroir e passione**

Top of vini Alto Adige. È questione di terroir e di passione coniugati ad una... [Leggi ▶](#)