

This site uses cookies from Google to deliver its services and to analyze traffic. Your IP address and user-agent are shared with Google along with performance and security metrics to ensure quality of service, generate usage statistics, and to detect and address abuse.

[ULTERIORI INFORMAZIONI](#) [OK](#)



Blog Di Informazione E Cultura

[HOME](#) [CAFFÈ LETTERARIO](#) [SPETTACOLO E CULTURA](#) [TECH CAFÈ](#) [OPINIONI](#) [POLITICA](#) [EVENTI](#) [SICILIA](#) [CALABRIA](#)

NEWSLETTER

Make sure you don't miss any interesting happenings by joining our newsletter program

Email address...



DA GUSTO IN SCENA, LE RICETTE STELLATE CON LE SPEZIE SENZA SALE, ZUCCHERO E GRASSI AGGIUNTI

marzo 13, 2018

[Share This](#)

“Dopo i successi di *Gusto in Scena*, **Marcello Coronini** continua il percorso *qualità+gusto=salute* con il secondo volume de *La Cucina del Senza® con 80 ingredienti salvavita*, commentati e inseriti nelle 70 ricette del libro edito da Feltrinelli Gribaudo.”

Spenti da poche ore i riflettori sulla convention enogastronomica veneziana **Gusto in scena**, dedicata a “**La Cucina del Senza® incontra il mondo delle spezie**”, non si spegne affatto l’attenzione su questo stile alimentare salutare, che elimina le aggiunte di sale, zucchero e grassi nelle preparazioni gastronomiche, ottenendo ugualmente piatti ricchi di gusto. Il suo ideatore, il critico enogastronomico, **Marcello Coronini**, sta lavorando all’uscita imminente del secondo volume di ricette originali, create assieme alla moglie Lucia, su “**La Cucina del Senza® con 80 ingredienti salvavita**”: cibi dalle proprietà benefiche per l’organismo. Adoperare, dunque, **ingredienti di buona qualità, con sapori decisi, come le spezie**, senza l’aggiunta di grassi, sale e zucchero, è stata la sfida degli chef stellati invitati da Coronini al Congresso di Alta Cucina Gusto in Scena.

Lo chef stella Michelin, allievo di Gualtiero Marchesi, **Luca Veritti** del Met di Venezia, ha preparato una **spuma di bacon con carpaccio di baccalà, spolverato di caffè a crudo e cannella**: ha usato solo la parte magra della pancetta, rosolata in padella senza grassi. “Ne *La Cucina del Senza* si possono usare ingredienti che hanno grassi, sale e zucchero – ha spiegato Coronini durante la masterclass – con

FACEBOOK

CI OFFRI UN CAFFÈ?

Donazione



HOTWEEK

RECENT

CC

TRAGEDIA A MESSINA. DUE BAMBINI MUOIONO A CAUSA DI UN INCENDIO. BRAMANTE ANNULLA IL SUO COMIZIO

AL VIA "SICILIA DEGUSTO CAMMINO DI BACCO", ALLA SCOPERTA DI ODORI E SAPOREI NOSTRANI

COPERTINA D'AUTORE PER IL LIBRO DI MASSIMO MAUGERI FIRMATA GIOVANNI IUDICINO



l'accorgimento di togliere ad esempio le parti di grasso visibile dai salumi e lavare in acqua corrente il baccalà e le acciughe o i capperi".



Chef Luca Marchini Risotto al fondo bruno

Lo chef stellato **Luca Marchini** de L'Erba del Re di Modena, ha preparato un **risotto al fondo bruno di volatili da cortile con crema di yogurt al cren e anice stellato**, senza sale e grassi nel brodo vegetale; il piatto ha raggiunto una perfetta sapidità con l'aggiunta di parmigiano reggiano 36 mesi grattugiato a metà cottura del riso. «La stagionatura è importante, per La Cucina del Senza e per i risotti in particolare - ha detto Marcello Cononini - poiché verso i 30 mesi il Parmigiano Reggiano sviluppa il gusto così detto Umami, che rafforza i sapori del piatto senza coprirli»

Paolo Teverini di Bagno di Romagna, precursore della "cucina naturale" negli anni '90, ha impiattato uno **spaghetto di carote con semi di lino e curcuma in salsa di pomodoro Piccadilly e peperoncino Habanero**, dove i sapori naturali delle spezie facevano dimenticare la ricerca delle sensazioni dovute alla mancanza di sale, che con il suo "gusto" sovrasta quello degli ingredienti.



Chef Paolo Teverini Spaghetti di carote

«Fino al Rinascimento, le spezie rappresentavano la trasgressione per le famiglie più ricche e facoltose - ha spiegato Coronini in un suo intervento al Congresso - poiché essendo costosissime, erano uno status simbol. Quando, dopo la scoperta delle americhe, arrivarono cioccolato e caffè, queste divennero le nuove trasgressioni e le spezie andarono progressivamente in disuso. Negli ultimi anni, le spezie stanno rientrando in cucina, alcune anche come ingredienti salvavita». La curcuma, in particolare, sta vivendo una nuova stagione: ricavata dalla radice di una pianta che cresce nelle aree tropicali e subtropicali di Asia e Africa, è riconosciuta come antiossidante, antinfiammatorio, depurativo e perfino antitumorale. «Non tutti sanno - ha aggiunto Coronini - che per attivare la curcumina, il suo principio attivo, e ottenere sensazioni gustative superiori basta aggiungere pepe e un po' di olio extravergine.



Chef Gianpaolo Raschi la canocchia

Per la cucina di montagna, **Alessandro Gilmozzi**, una stella Michelin, de El Molin di Cavalese in val di Fiemme, ha preparato una deliziosa **cagliata dolce con betulla caramellata, crespino e cannella**, un'idea originale quella di candire e poi seccare la foglia della betulla, il cui sapore ricorda il the verde. Dai monti al mare Adriatico con **Gianpaolo Raschi**, chef del ristorante Guido a Rimini, che ha presentato un piatto speziato dal nome che è una storia: **la canocchia si ricorda il gratin**, in cui il pepe nero era la spezia che esaltava il sapore del crostaceo.

Banditi burro e panna a vantaggio dell'olio extravergine d'oliva a crudo, **Gaetano Simonato** del ristorante Tano passami l'olio di Milano, ha farcito la **sfera di mozzarella con triglia, basilico, foglie di menta, filetto di acciughe del Cantabrico, frutti di bosco e pepe**.



Chef Gaetano Simonato mozzarelle con triglia

Oliver Glowing, chef stellato di origini tedesche, allievo di Gualtiero Marchesi, ambasciatore della dieta mediterranea e della cucina italiana nel mondo, ha presentato una preparazione di **lumache alla mentuccia con fagioli e polvere di liquirizia, come spezia**.

I dessert speziati e senza zucchero sono stati ideati dal pasticciere **Raffaele Minute** del Vecio Fritolin di Venezia che ha presentato una **Zuppetta di caffè d'orzo, gelato al curry e croccante di nocciole**, che ha stupito la platea per il coraggioso e ben riuscito accostamento e l'utilizzo del curry madras come spezia.

AMMINISTRATIVE 2018: 5
AL BALLOTTAGGIO. STASE
COMIZIO DI CATENO DE L

STOP AL MUOS. GREEN IT
CHIEDE LE DIMISSIONI D
CROCETTA

ADS

PIÙ LETTI

STOP AL MUOS. GREEN IT
CHIEDE LE DIMISSIONI D
CROCETTA

MOVIMENTO NO MUOS: "
LANCIO DEL SATELLITE E'
DI DISPREZZO DEGLI USA
LA SICILIA"

RIQUALIFICAZIONE PIAZZA
SARDO. NOTA DELL'ORDI
ARCHITETTI MESSINA

ELIMINARE IL TRAM A ME
PER FALZEA VA ADEGUATI
ESIGENZE DELLA CITTA'
METROPOLITANA

OGGI A MESSINA FLASH M
PER LA MANIFESTAZIONE
MUOS NISCEMI DEL 1° M

METEO

Il Meteo Messina

OGGI	MERCOLEDÌ
	
26° 19°	26° 20°
Pioggia: 0mm Umidità: 85%	Pioggia: 2.5mm Umidità: 83%
	
11:46h / 00:26h	12:52h / 01:02h

Altri chef importanti come **Alfio Ghezzi e Maurizio Serva** non hanno potuto raggiungere il Congresso nella città lagunare a causa del maltempo che ha fatto crollare un pilone con un blocco dalle ore 12 alle 19 sul Ponte della Libertà, che ha impedito l'ingresso in città alle auto.

Vincenzo Donatiello ed **Alberto Santini**, restaurant manager e wine director di due ristoranti tre stelle Michelin, rispettivamente del **Piazza Duomo** di Alba e **Dal Pescatore Santini** di Runate (Mantova) hanno raccontato alcuni piatti dei loro chef in chiave SENZA, precisando che sono più eleganti di quelli in chiave CON. Insieme a Marcello Coronini hanno approfondito gli abbinamenti del vino.

La cucina di **Enrico Crippa**, lo chef di Piazza Duomo, è molto vicina a La Cucina del Senza e Donatiello è l'uomo che sceglie il vino e ragiona in funzione del gusto del piatto. Concorda sul fatto che eliminare le aggiunte di sale, grassi e zucchero renda i piatti più raffinati e che la scelta del vino debba dunque cadere per forza su prodotti molto eleganti. Un piatto del Senza esalta la qualità della materia prima, che caratterizza i produttori presenti a GIS. Il gusto del piatto è quello derivato dagli ingredienti ed è su questo che si basa quindi la ricerca del vino da abbinare.

Alberto Santini, Mantovano, come Marcello Coronini, porta avanti insieme a suo fratello Giovanni la tradizione gastronomica della sua città con uno spirito di innovazione che ha sempre contraddistinto la loro realtà. Il Pescatore Santini è noto per ricercare il meglio per ogni materia prima utilizzata. Diventa quindi logico ridurre le aggiunte, ad esempio del sale, per valorizzare il gusto dei prodotti utilizzati. Alberto rappresenta il collegamento tra la cucina e l'ospite ed è rimasto colpito dal concetto di Cucina del Senza e ha portato due piatti, per discutere assieme sulla variabilità gustativa del "togliere l'aggiunta di sale o di zucchero".

Questi interventi hanno introdotto nel Congresso di Alta Cucina i **"Produttori del Senza"**: tutti quei produttori selezionati perché tolgono dai processi produttivi i trattamenti che non sono positivi per la nostra salute, come li definisce Marcello Coronini. Per ogni azienda vitivinicola presente a Gusto in Scena, è stato abbinato un vino a un piatto di un relatore del congresso.



Premiazione Coronini Cotarella Vespa

La Cucina del Senza presuppone **ingredienti di alta qualità e accostamento a vini di altrettanto valore**, proprio perché consente di apprezzarne appieno i sapori ed i sentori, secondo l'equazione: **qualità + gusto = salute = cultura**. Dove cultura è conoscenza del buon cibo e del buon vino, rapporto col territorio, con le tradizioni, con le storie personali di chi produce dalla terra e dalla vigna. "In 27 anni che degusto vini e prodotti - dichiara Coronini - mi è ormai chiaro che quando scopro qualcosa di veramente valido, di sicuro quel prodotto ha subito pochi trattamenti chimici o fisici, perché altrimenti questi avrebbero influito sul gusto".

Tutti i "Produttori del Senza" di questa edizione di Gusto in Scena hanno portato delle vere eccellenze e saranno menzionati nel nuovo libro in uscita".

Tags # Benessere # Bruno Vespa # chef # cucina # Eventi # Food&Wine # Gusto in Scena # La Cucina del Senza # Marcello Coronini # ricette # spezie # Venezia # vino

Share This ↩

<http://magazinepausacaffe.blogspot.com/2018/03/da-gusto-in-scena-le-ricette-stellate.html>



About Antonella Di Pietro

Blogger

f t G+ YouTube Instagram in

➤ Newer Article

IL M5S SICILIA CHIEDE CHE VITTORIO SGARBI VENGA RIMOSSO DA ASSESSORE

Older Article ➤

LUCA ABETE, INVIATO DI STRISCIA TORNA AD ARCAVACATA

RELATED POST

[View More](#)

AGROALIMENTARE



CONEGLIANO



BENESSERE



AL VIA "SICILIA DEGUSTO: IL CAMMINO DI BACCO", ALLA SCOPERTA DI ODORI E SAPORI NOSTRANI

Antonella Di Pietro Jun 15, 2018

Comment Using!!

PROSECCO DE GIUSTI BRUT LA NUOVA REFERENZA SARÀ PRESENTATA A VINITALY

Antonella Di Pietro Mar 19, 2018

DA GUSTO IN SCENA, LE RICETTE STELLATE CON LE SPEZIE SENZA SALE, ZUCCHERO E GRASSI AGGIUNTI

Antonella Di Pietro Mar 13, 2018

[BLOGGER](#) [FACEBOOK](#)

NESSUN COMMENTO:

POSTA UN COMMENTO

Inserisci il tuo commento...

 Commenta come: serenaaversan ▾ Esci

Pubblica Anteprima Inviami notifiche

EVENTI

COPERTINA D'AUTORE PER IL LIBRO DI MASSIMO MAUGERI FIRMATA GIOVANNI IUDICE

Antonella Di Pietro Jun 15, 2018

AL VIA "SICILIA DEGUSTO: IL CAMMINO DI BACCO", ALLA SCOPERTA DI ODORI E SAPORI NOSTRANI

Antonella Di Pietro Jun 15, 2018

72° EDIZIONE DEI NASTRI D'ARGENTO AL TEATRO ANTICO DI TAORMINA

Antonella Di Pietro Jun 08, 2018

VORREI UNA LEGGE CHE TUTELASSE IL NOSTRO TERRITORIO. PROGETTO ISTITUTO GIARDINI

Antonella Di Pietro Jun 05, 2018

POPOLARI E AUTONOMISTI - IDEA SICILIA: INCONTRO TRA BRAMANTI E ON. LAGALLA

Antonella Di Pietro Jun 05, 2018

MENU

[HOME](#)
[ARCHIVIO](#)
[METEO](#)
[GUIDA TV](#)
[GAMES](#)
[3009199.html](#)



4

BLOGGER

Followers (16)



[Segui](#)

COPYRIGHT

PROTECTED BY
COPYSCAPE
 DO NOT COPY

Il Sito MAGAZINE PAUSA
 è distribuito con licenza Creative Commons
 Attribuzione - Non commerciale - Condi
 stesso modo 2.5 Italia.



Seleziona lingua ▾

Powered by [Google Traduttore](#)

