

# La cucina del Senza incontra le spezie

## VIETATI GLI ECCESSI

**H**a avuto una bella, sana e intelligente idea **Marcello Coronini**, giornalista, scrittore e critico gastronomico quando, qualche anno fa, ha deciso di "svoltare" e dedicare la sua creatura - "Gusto in Scena" - alla **Cucina del Senza**, una cucina che elimina o riduce i grassi aggiunti, gli zuccheri in eccesso, il sale mantenendo però sapore, gusto, piacevolezza e golosità: "Perché - spiega **Coronini** - "La Cucina del Senza" non è "senza qualcosa". Il sale aggiunto, soprattutto quando è in eccesso, non esalta i sapori ma li copre. Lo zucchero ed i grassi aggiunti anche. Per non dire delle conseguenze sulla salute". Dunque, tutto fuorché una cucina di poco gusto: "Infatti. La "Cucina del Senza" è molto più buona di quella "Con" perché esalta i sapori naturali. Questo significa usare materie prime di grande qualità". Anche perché, in una normale alimentazione quotidiana, sale, grassi e zucchero contenuti negli stessi prodotti di base (pane, pasta, frutta) sono già più che sufficienti. E se all'inizio si può restare perplessi di fronte all'assenza di certi picchi di sapore ai quali siamo da sempre assuefatti, ci si abitua in fretta e, soprattutto, si comincia ad ap-

**UN VIAGGIO NEL MONDO  
DEI SAPORI  
E DEL LORO UTILIZZO  
PER SALVAGUARDARE  
IL BENESSERE  
E LA SALUTE**

prezzare e riconoscere il vero sapore delle materie prime, della frutta e della verdura, delle carni e dei pesci. Anche perché esistono alternative più salutari e altrettanto soddisfacenti.

## SEDUZIONI DI GOLA

Le spezie, ad esempio, che saranno il tema del Congresso di Alta Cucina che aprirà la decima edizione della convention enogastronomica **Gusto in Scena**, due giorni di incontri e de-

gustazioni per operatori, gourmet e appassionati, in programma a Venezia, il 25 e 26 febbraio - domenica e lunedì prossimi -, nei saloni della Scuola Grande di San Giovanni Evangelista. In contemporanea, come sempre, le due esposizioni di eccellenze italiane: **I Magnifici Vini**, selezione di cantine rappresentative di quattro terroir, mare, montagna, pianura e collina; e **Seduazioni di Gola**, per scoprire prodotti agroalimentari di nicchia e di qualità: pistacchi di Bronte Dop e mandorle siciliane, cresciuti ai piedi dell'Etna e lavorati artigianalmente; giardiniere di verdure della campagna vicentina, tagliate a mano; dal paese più alto della Sardegna, Fonni sul Gennargentu, dove i frutteti fioriscono a mille metri sul livello del mare e non vengono trattati chimicamente, confetture di mele autoctone; e poi le chiocciole gastronomiche, allevate libere in un orto naturale di 20mila metri quadri, nella Lomellina.

## SFIDA GASTRONOMICA

Una sfida gastronomica in divenire, quella ideata da **Coronini**. Parlare di spezie, poi, è come viaggiare nella storia, nel costume, nella medicina, nella cucina dei popoli. Beni di lusso da sempre, tra il XII ed il XV secolo, le spezie fecero la fortuna della Repubblica di Venezia, che le acquistava ad Alessandria, in Siria e nel Mar Nero, a condizioni agevolate in regime di monopolio, esportandole poi in tutta Europa, passando per il mercato di Rialto. Riconoscere la qualità delle spezie, saperle conservare, usarle in modo da non deprimerne le caratteristiche olfattive e nutrizionali è la nuova sfida di **Gusto in Scena 2018**.

**C.D.M.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

