



ENOGASTRONOMIA

Verso Natale ecco i cibi senza zucchero, sale e grassi

Chi ha detto che un dessert debba contenere lo zucchero per essere dolce? O che il sale sia indispensabile per dare sapore? E perché un piatto non dovrebbe essere gustoso anche in assenza di grassi?

A Venezia sta per arrivare un evento pronto a sfatare questa idea. Si tratta di "Gusto in scena", la manifestazione ideata e curata da Marcello Coronini, in programma nel marzo 2014 alla Scuola Grande di San Giovanni Evangelista, che chiamerà chef e pasticceri di fama internazionale a realizzare studi di piatti "senza... grassi o senza... sale o di dessert senza... zucchero".

In vista delle Feste, la kermesse offre però già alcune anticipazioni della sua "Cucina del senza", per dimostrare come anche a Natale o a Capodanno sia possibile realizzare menù che stuzzichino il palato eliminando questi ingredienti di cui spesso si abusa

in cucina.

Ecco alcuni segreti per dare vita a dessert di alto livello senza zucchero. Il pasticcere Iginio Massari ha scelto di proporre agli appassionati gourmet "Cake all'olio d'oliva", un dolce capace di rapire i palati più golosi, dove usa l'isomalto come sostituto naturale. Aurora Mazzucchelli, chef del ristorante Marconi di Sasso Marconi, suggerisce di utilizzare il miele di castagno nel suo "Castagna, panpepato e arance". Nicola Portinari, del ristorante La Peca di Lonigo propone "Zuppa inglese glutine, lattosio e zucchero free" dove al posto dello zucchero c'è il succo d'agave ma tra le alternative vi sono anche olio di cocco e sciroppo di riso. Salvatore De Riso, pasticcere lungo la costiera amalfitana, ha reso dolci i suoi "Struffoli" con miele mille fiori e fruttosio.

Per scoprire le ricette complete visitare il sito www.gustoin scena.it.



Il plumcake all'olio d'oliva

