A Castelbuono i ristoratori si evolvono

Scritto da Maurizio Artusi
Domenica 19 Aprile 2015 11:56



Su queste pagine mi sono occupato a lungo del **Progetto Diana-5**, una ricerca ideata dall'**Istituto Tumori di Milano** e svoltasi in tutta **Italia,** a **Palermo** sotto la responsabilità della **Dott.ssa Adele Traina**. L'obiettivo del progetto è quello di correlare l'alimentazione, o più propriamente lo stile di vita, con l'eventuale recidiva del carcinoma mammario, ma già l'anno scorso sono stati resi noti i primi incoraggianti risultati: questo nesso, ovviamente, c'è ed è possibile prevenire le recidive seguendo un adeguato regime alimentare completato anche da attività fisica. Le direttive alimentari sono quelle emanate dal WCRF, il World Cancer Research Fund, con qualche adattamento, ma sempre rimanendo nell'ambito della cosiddetta Dieta Mediterranea, o più semplicemente, l'alimentazione che seguivano i nostri nonni nelle campagne del **sud Italia**.

Il tema salutistico e quindi la correlazione tra alimentazione e malattie è pertanto oggi un fatto assodato che si sta sempre di più diffondendo in diversi strati di popolazione, io stesso non manco mai di farlo notare, su questo sito web e negli eventi che organizzo e conduco di volta in volta, indirizzando le mie attenzioni soprattutto verso la ristorazione.

Proprio quest'ultima rappresenta una categoria difficile da convincere a cambiare atteggiamento a riguardo, per retaggio culturale, abitudini e costi di gestione, ma è necessario che i ristoratori si rendano conto che chi produce o trasforma cibo, industria alimentare o piccolo ristorante che sia, detiene un'**arma di distruzione di massa a scoppio ritardato**: l'obesità, le malattie cardiovascolari ed il diabete, sono tutte patologie della **sindrome metabolica** che oggi hanno tassi di crescita a due cifre e chi ha l'interruttore per spegnerle non sono i medici, ma chi produce e trasforma alimenti. **Si può anche fare food business senza uccidere**.



Questi sono stati i presupposti che hanno spinto l'Associazione **CastelbuonoSCIENZA** di **Anna Maria Cangelosi**, a coinvolgere lo staff del **Progetto Diana-5,** con il Prof. **Giuseppe Carruba**, Prof. **Biagio Agostara** e la Dott.ssa **Adele Traina**, in collaborazione con l'**ARNAS** Ospedale Civico di Palermo, il Maestro Pasticcere **Salvatore Cappello** e l'**IPSSEOA "P. Piazza"** di Palermo con la guida del Prof. **Pietro Pupillo**. in un corso teorico pratico di cucina preventiva articolato attraverso la trattazione dei seguenti gruppi di alimenti: cereali e legumi, carne e pesce, frutta e verdura, dolci. Gli incontri si sono svolti presso la cucina della mensa dell'**Istituto** "**F.Minà Palumbo**", Scuola Secondaria di I Grado di **Castelbuono**, dedicando il pomeriggio del **10 Aprile 2015** ai ristoratori locali e l'indomani mattina al pubblico, in cambio di un piccolo ticket a titolo di rimborso spese.

Il progetto però non è tutto qui, è infatti iniziato il il **28 Marzo** con un incontro sulla prevenzione, la diagnosi e la cura della malattia oncologica, il **14 Aprile** con due convegni e dopo l'appuntamento del **10** e **11 Aprile** continuerà l'**8 e 9 Maggio** con altri due incontri teorici pratici, poi il **24 Maggio** si svolgerà un'escursione guidata dal **Prof. Rosario Schicchi** ai fini del riconoscimento e della raccolta delle piante alimurgiche, per concludersi il **21 Giugno** con una festa dal tema "La salute nel cibo", comprensiva di percorso gastronomico e di valorizzazione dei beni architettonici, con distribuzione, dietro ticket, di piatti aderenti alla "nuova" alimentazione, da inserire poi stabilmente nei menu dei ristoranti locali che potranno così fregiarsi di un logo che certificherà l'aderenza alle direttive salutistiche.



Che nel paese di **Castelbuono** ci sia una particolare sinergia tra aziende, soprattutto nel campo della ristorazione, si sapeva già, ma vedere le numerose adesioni di cuochi e gestori, nonchè quella dell'associazione Unione Ristoratori locale, è stata per me una piacevole sorpresa. C'è da aggiungere che però mi sono stupito fino ad un certo punto, poichè conosco bene la realtà di quel paese delle **Madonie.** In esso, la ristorazione in primis, ma anche altri settori del commercio e servizi locali, hanno approfittato del turismo crescente per migliorare la propria offerta e non per sfruttare il visitatore, costruendo così le basi per un'economia solida, fondata sulla qualità e non sull'effimero senza valore, come devo purtroppo ricordare oggi accade in altre zone della **Sicilia**. In sostanza, analizzando il comparto che seguo ormai da 15 anni, a **Castelbuono** posso affermare che in ogni porta si mangia bene, con prodotti del territorio e quindi genuini. In questo contesto, si inserisce molto bene la voglia di migliorarsi, fornendo un'alternativa sempre diversa al cliente, pertanto ecco l'elenco dei numerosi locali che hanno aderito all'iniziativa: **Agriturismo Bergi della famiglia Di Garbo, Romitaggio S.Guglielmo di Salvatore Baggesi, Antico Baglio di Natale Allegra, Alle Querce di Natale Conoscenti, Il palazzaccio di Sandro Cicero e Giuseppe Migliazzo, Nangalarruni di Giuseppe Carollo, La Pergola di Enzo Raimondo, La Lanterna di Vincenzo Allegra, U' Trappitu di Gioacchino Mazzola e Fanino Allegra, Ristorbar Chiazzetta di Gioacchino Gulino, Al Castello di Giuseppe Mazzola, di Pasticceria Fiasconaro, American Bar dei F.lli Sferruzza, Cin Cin Bar dei F.lli Naselli, Relais S.Anastasia.**

Durante il corso del **10 Aprile**, la parte teorica è stata svolta dal Prof. **Biagio Agostara** e dalla Dott.ssa **Ilde Campisi**, la parte pratica invece è stata riservata al Prof. **Pietro Pupillo**, docente dell'**IPSSEOA Pietro Piazza** di **Palermo**, ed al Maestro Pasticcere **Salvatore Cappello**, titolare dell'omonima pasticceria palermitana. I principali argomenti affrontati sono stati due: la dieta mediterranea, a base di legumi e cereali non raffinati e la sindrome metabolica, cioò quell'insieme di patologie che costituiscono una predisposizione allo sviluppo dei tumori. Contrariamente a quello che si possa pensare, l'attenzione dell'uditorio è stata almeno pari nella teoria e nella pratica, confermando la qualità del pubblico e la sua sensibilizzazione nei confronti degli argomenti trattati.



La giornata si è chiusa presso **L'Antico Baglio** di **Natale Allegra**, con una cena **Diana-5** preparata da **Jimmy Cascio** e **Alessandro Scancarello**, coadiuvati dagli alunni **F.Galati, N.Muratore, G.Novara, A.Tomasino**, studenti della classe 2G al seguito del Prof. **Pietro Pupillo**, alla quale hanno anche partecipato il Prof. **Giuseppe Carruba**, e le autorità locali **Antonio Tumminello** e **Giovanna Cucco**, rispettivamente Sindaco di **Castelbuono** e Assessore con delega alla Cultura, Turismo e Attività Produttive. I piatti erano stati ideati rispettando le direttive salutistiche illustrate durante il corso, formando il seguente menu completo: Lenticchie di Villalba ad insalata, Tortino di orzo e crema di fave fresche, Polpettine di ceci ed infine Dessert di ricotta con riso venere.

Durante la cena, sono inoltre entrato in possesso del "**Lessico della cultura dialettale delle Madonie**" Volume 1, scritto da **Roberto Sottile** e **Massimo Genchi**, gentilmente donatomi da quest'ultimo. Il libro, organizzato come una sorta di dizionario, è ricco di termini correlati all'alimentazione, suo argomento di fondo, ed è stato editato nel 2010 dal "**Centro studi filologici e linguistici siciliani**" del Dipartimento di Scienze Filologiche e Linguistiche dell'**Università degli Studi di Palermo**. In esso ho trovato un'opera di pregevole valore storico e culturale che scava nel nostro passato, riesumando termini ormai completamente dimenticati e comunque validi non solo per le **Madonie**, ma spesso anche per tutta la provincia palermitana. Infine, il dettaglio delle voci a volte contiene veri e propri spaccati di vita, abitudini, ma soprattutto originali ricette di un'epoca antichissima, erano i tempi in cui l'unica dieta disponibile era quella mediterranea!

moocasa_albumid=6136381792471940001