

Il ruolo dello chef nell'individuazione e divulgazione dei prodotti d'eccellenza di un territorio.

Buon giorno

Il mio nome è Giovanni Galesi, sono lo chef-tutor del centro enogastronomico del mediterraneo- scuola di cucina "NOSCO".

Mi occupo di alcune docenze riguardanti il nostro corso professionale e delle attività didattiche inerenti la scuola. La nostra scuola è sita in Ragusa più precisamente in Ragusa Ibla, all'interno di un antico convento dell'ordine dei monaci Cappuccini risalente al 1600, recentemente ristrutturato; all'interno della struttura è presente anche il ristorante "Cenobio" di cui sono l'executive.

La nostra politica di ristorazione e didattica si basa sull'esclusivo utilizzo e valorizzazione dei prodotti del territorio siciliano, nello specifico del territorio Ragusano e di tutta la "Val di Noto".

La nostra è una realtà di piccole e medie aziende fornitrici ubicate nel territorio, alcune quasi adiacenti alla struttura, che non hanno grosse produzioni ma riescono a garantire perfettamente una qualità molto alta del prodotto. Annesso alla struttura c'è anche un "orto dei semplici", così chiamato dai frati, in cui coltiviamo primizie ed altre verdure con cicli stagionali ed utilizzate poi per la didattica e per la ristorazione.

In conseguenza a tutto ciò il mio rapporto col territorio ed i suoi prodotti è costante e completo, il più delle volte si va proprio nelle aziende a scegliere i prodotti ed identificare i più consoni ai nostri menù stagionali; il riconoscimento qualitativo sta alla base della nostra didattica ed è la prima cosa che i nostri corsisti acquisiscono, insieme all'analisi sensoriale del prodotto stesso.

Il cibo rappresenta per la Sicilia, e, in generale per l'Italia, oltre che sinonimo di cultura, tradizione e identità anche opportunità di crescita e sviluppo del territorio.

Il primo compito dunque di uno chef è conoscere il proprio territorio e valorizzarne i prodotti.

Voglio prendere in considerazione alcuni fra i prodotti che maggiormente identificano il nostro territorio e mi riferisco a vino, formaggio, olio, ma soprattutto al frumento!

Per quanto riguarda l'olio il sud Italia ha una ricca tradizione di produzione, esistono molte varietà di olive utilizzate per il consumo da tavola ed altrettante per la molitura e la conseguente produzione di oli extravergine d'oliva di altissima qualità.

Una delle cose più interessanti è l'enorme varietà di oli presenti nel territorio dovuta alla grande diversità di cultivar, ai differenti microclimi delle aree di coltivazione ma anche ai differenti metodi di produzione, raccolta e conseguente lavorazione.

Stesso discorso viene fatto per quanto riguarda la produzione di formaggi DOP, l'Italia ne vanta parecchie centinaia. Anche questa produzione è caratterizzata da una vastissima varietà di formaggi, dai freschi agli stagionati, a pasta cotta o cruda a crosta fiorita o a crosta molle ecc.

L'enorme varietà viene giustificata, come per l'olio, dalle diverse razze di bestiame, dai diversi tipi di pascolo, dalle diverse lavorazioni del latte e conseguenti stagionature del formaggio.

Numeri altrettanto importanti interessano il settore vitivinicolo, solo in Sicilia abbiamo più di 400 cantine con annessi territori coltivati e tra tutti è uno dei settori più redditizi del turismo enogastronomico.

Anche la produzione di vino, come le due predette, è fortemente legata al tipo di territorio ed alle tradizioni di appartenenza.

Bene!

Uno dei settori di cui in passato si è veramente parlato poco e si è fatto altrettanto, è il settore della granicoltura e la produzione di farine e semole per panificazione e pastificazione.

La Sicilia in particolare ma anche molte regioni del sud e centro Italia, hanno una forte tradizione legata alla coltivazione del frumento e la relativa produzione di sfarinati. Come molti di voi sapranno la Sicilia in anni passati veniva chiamata il granaio d'Italia, proprio per l'enorme produzione di questo cereale.

In natura esistono diversi tipi di frumento; quelli maggiormente utilizzati sono due: il Triticum durum (o grano duro) ed il Triticum vulgare (o grano tenero). Anche se le

due piante sono molto simili a livello strutturale, non si tratta semplicemente di due diverse varietà, bensì di due specie distinte (il grano duro ha 28 cromosomi, mentre quello tenero ne ha 42).

Il grano duro viene utilizzato per ottenere la semola, con cui si preparano la pasta secca industriale (non a caso sulla confezione è riportata la dicitura "pasta di semola") ed alcuni tipi di pane (come quello di Altamura).

Per legge, il termine farina deve essere applicato esclusivamente al prodotto ottenuto dalla macinazione del grano tenero; con semola, invece, si intende il prodotto di macinazione del grano duro. Per altre farine, come quella di mais, è necessario specificare l'origine in etichetta (farina di mais, di avena ecc.).

*Il frutto del frumento, chiamato **cariosside**, è interamente ricoperto da un pericarpo fibroso; si tratta di un involucro esterno, costituito da più strati di cellule ricche in cellulosa e sali minerali; questa parte, dopo il processo molitorio, va a costituire la crusca.*

A un lato della cariosside troviamo il germe o embrione, la porzione che dà origine alla nuova pianta quando seminata nel terreno; anche questa parte viene allontanata durante il processo molitorio, in quanto particolarmente ricca di proteine e soprattutto di lipidi (il famoso olio di germe di grano è largamente utilizzato nel settore dietetico e cosmetico). La maggior parte della cariosside è occupata dall'endosperma amilifero, un tessuto di riserva ricchissimo di granuli di amido e proteine. Proprio da questa porzione si ricavano le farine e la semola destinate all'uso alimentare.

Tutto ciò, signori, in linea di massima.

In Italia invece in questo momento e da qualche anno si fa un lavoro abbastanza diverso per quanto riguarda la produzione di semole e farine.

Veniamo dalla terra così come professano molte religioni, ed è da qui che partiremo.

In Sicilia si stanno da relativamente poco tempo, riscoprendo le antiche varietà di grano; sono più ricche per biodiversità genetica, sono anche quelle che meglio resistono alle variazioni climatiche, possiedono migliori caratteristiche qualitative e nutrizionali e sono più adatte per l'alimentazione di persone con intolleranze alimentari che oramai interessano una percentuale sempre maggiore di popolazione.

Di conseguenza sono proprio queste varietà che si stanno selezionando e si sta cercando di fare insieme agli agricoltori, che potranno poi mantenere e riprodurre

autonomamente i semi, diventando custodi attivi della biodiversità. Tutto ciò incide positivamente sul reddito degli agricoltori, dato che i costi di produzione diminuiscono e si incrementa il valore dei prodotti ottenuti da una filiera integrata locale.

Si favorisce così un sistema produttivo che necessita di minori consumi energetici, permette una riduzione degli interventi colturali e mantiene la fertilità del suolo, stabilizzando le produzioni nel rispetto dell'ambiente circostante. Le varietà sono selezionate anche per migliorare le caratteristiche qualitative e nutrizionali e in particolare si incrementa il loro grado di tolleranza da parte delle persone che soffrono di sensibilità al glutine (glutensensitivity) di tipo non celiaco.

L'incidenza della sensibilità al glutine in Italia è del 25% ed oltre, con previsioni di aumenti esponenziali. La disponibilità di prodotti a base di frumento con ridotta capacità di attivare reazioni intolleranti, risulta di estrema importanza, non solo per le persone con la "glutensensitivity", ma anche per un'alimentazione dedicata all'infanzia.

I valori nutrizionali del frumento possono cambiare in relazione a diversi fattori, come la varietà di frumento, il clima, le tecniche colturali (convenzionale, biologica ecc.), il tipo di terreno su cui è coltivato e gli apporti azotati (concimazione).

Il componente nutrizionale di maggiore entità è l'amido presente per il 60-70%, ma uno dei componenti più interessanti relativi all'argomento sono senza dubbio le proteine presenti per il 7-18%.

In particolare nel frumento le più attenzionate sono le glutenine e le gliadine. Queste sono importantissime dal punto di vista tecnologico, poiché nel momento in cui si idrata e si impasta la farina interagiscono tra loro formando un reticolo tridimensionale detto glutine. Nelle preparazioni culinarie il glutine fornisce soprattutto elasticità grazie alla tipica struttura a rete, che trattiene l'anidride carbonica consentendo la lievitazione degli impasti.

Desideravo spiegarvi tutto ciò proprio perché i grani antichi sono oggetto di ricerche sperimentali che mirano a individuare le possibili cause delle intolleranze al grano sempre più diffuse. Si presume che l'aumento esponenziale dei casi di intollerabilità, in questo caso al glutine, sia legato proprio alle sue frazioni proteiche la cui veicolazione tramite l'apparato digerente produce effetti negativi. Risulta da recenti studi che tali frazioni proteiche siano estranee ai grani antichi (presupposto scientifico elaborato dal CNC, dall'università degli studi di Palermo e dal CeSMI).

Proprio questi grani sono coltivati da prima della cosiddetta rivoluzione verde, quando le coltivazioni venivano da semi della già esistente biodiversità, quindi molto prima di ricorrere alle modifiche genetiche volte all'aumento della produttività!

Proprio in questo senso ci sono parecchie teorie a riguardo; nel corso degli ultimi trent'anni si è fatto un lavoro totalmente irresponsabile sui frumenti aumentando in maniera esponenziale le percentuali proteiche in modo da sviluppare negli impasti dei reticoli glutinici molto forti e di enorme entità. Questo aumento repentino non ha dato tempo al nostro organismo di abituarsi di conseguenza il nostro corpo legge il tutto come eventi estranei, creando scompensi e sviluppando intolleranze!

E non è finita qui. Qualcosa di estremamente interessante e concreto emerge dalla ricerca scientifica del professor Alessio Fasano, esperto mondiale di glutine e dei suoi effetti sul corpo umano, attualmente Direttore del Center for Celiac Research presso il Massachusetts General Hospital for Children, che offre la possibilità di riflettere ed aprire le menti piuttosto che dare ascolto ai tanti ciarlatani che attualmente si dedicano al glutine e dintorni per biechi scopi!

A questo punto il mio ruolo come quello di tutta la categoria, è quello di essere fautori del benessere fisico e ,perché no, anche psichico dei nostri clienti ed interlocutori. Lo esplichiamo ricercando proprio l'eccellenza della materia prima sotto l'aspetto qualitativo ed organolettico e di conseguenza sensoriale e degustativo!

Proprio per questo motivo ricerco e scelgo di utilizzare farine e semole derivanti dall'esclusiva molitura di grani autoctoni di varietà antiche. Così come siamo riusciti ad ottenere risultati qualitativi altissimi con le produzioni di oli extravergine, vini, formaggi , che ci vengono invidiati da tutto il mondo, lo stesso vogliamo e dobbiamo fare con le produzioni legate alle nostre farine e le nostre semole. Parlo riguardo a produzioni di paste fresche e secche, di panificazione e pizza, di prodotti da pasticceria e perché no, anche di grandi lievitati (panettoni, pandori, colombe).

Nel mio caso, sono molto concentrato sulla mia regione; in data odierna in Sicilia più di 300.000 ettari sono coltivati con queste varietà ma, purtroppo, altri 100.000 ettari sono ancora abbandonati incolti con la possibilità di coltivarli aumentandone le produzioni. Basti considerare che un ettaro di terreno produce dai 15 ai 20 quintali di frumento con metodo biologico biodinamico, di conseguenza è semplice fare un calcolo veloce!! È chiaro che è più che opportuno dare la giusta importanza alla filiera di produzione!

Quindi parliamo di metodi di coltivazione, in questo caso parliamo di biologico e biodinamico; parliamo di varietà non ibridate quindi non geneticamente modificate e

soprattutto non nanizzate attraverso radiazioni di raggi gamma, da più parti accusate di essere alla base dell'epidemia di celiachia; parliamo di metodi di raccolta e di molitura. Riguardo la molitura la più utilizzata in termini di preservazione di qualità organolettiche è la molitura a pietra. Esistono in Sicilia parecchi molini in cui si effettua macinazione a pietra sia con macine tradizionali quindi granito, sia con macine per esempio francesi come "La Ferté", di cui ne è attrezzato uno dei nostri fornitori ufficiali nonché amico e docente della nostra scuola, Filippo Drago, proprietario di "Molini del Ponte" di Castelvetro (TP).

Dalla molitura a pietra si ottiene una farina a granulometria irregolare, ricca di crusca (quindi farina o semola integrale) e con la completa conservazione del germe di grano. Quest'ultimo contiene proprio la parte più nobile e saporita del seme, perché in esso vi sono contenuti gli unici grassi presenti nel chicco ma, dato che i grassi sono soggetti ad irrancidimento e quindi facile deterioramento, nelle farine commerciali per così dire non vi è alcuna presenza di germe, altrimenti la vita delle farine sarebbe abbastanza breve, con conseguenze negative sulle importazioni dall'estero!

Quando si macinano i nostri frumenti antichi dai profumi autentici la molitura a pietra è l'unico metodo che riesce a conservare pienamente il loro patrimonio organolettico; perché le macine lavorano a basso regime di giri senza surriscaldare il prodotto durante la rottura offrendo un risultato finale di altissimo pregio.

Per concludere la molitura a pietra mette insieme tutti gli aspetti della coltura e cultura del grano in Sicilia e non solo!

Tra le varietà di grani duri autoctoni derivanti da questo metodo di molitura abbiamo la "Tumminia", il "Russello", "Biancolilla", "Perciasacchi", "Seantore Cappelli", ed anche la "Paola" che pur essendo un grano duro, in lavorazione si comporta come un grano tenero; tanto è vero che la utilizzo molto spesso per molti prodotti di pasticceria (paste frolle, frollini, biscotti, ecc).

Invece tra i grani teneri, erroneamente pensati ad esclusiva dei paesi del Nord Italia, abbiamo la "Maiorca" e la "Madonita", quest'ultimo è un grano tenero coltivato sui monti Madonie da cui prende proprio il nome.

I nostri grani duri siciliani vengono utilizzati soprattutto per la preparazione di pasta sia fresca che secca, ma anche, da tempi immemori, per panificare. Mentre i nostri grani teneri vengono utilizzati per la pasticceria e per la preparazione della pizza.

Ma la verità è che gli sfarinati derivanti dai grani antichi sono ideali per qualsiasi uso, ed è qui che entra in campo la professionalità e l'elasticità dello chef!!

Dico questo perché un problema che si potrebbe riscontrare concerne più che altro le lievitazioni!! Proprio perché essendo farine integrali, gli impasti tendono ad assorbire molta acqua ma a trattenerne poca; non solo, tendono anche a costituire uno scarso reticolo glutinico di cui si parlava prima, che serve proprio a mantenere i gas prodotti dai lieviti durante la lievitazione.

Signori, vi posso assicurare che a seguito di tantissima sperimentazione fatta personalmente nella nostra struttura, ormai da anni, con la collaborazione dei nostri allievi e di molti produttori di farine, abbiamo raggiunto risultati stupefacenti per quanto riguarda le lievitazioni in panificazione. Abbiamo raggiunto ottimi risultati anche sui grandi lievitati, come dicevo prima, come per esempio la produzione di brioches da colazione o i famosi babà o ancora panettoni gastronomici; tutti prodotti convenzionalmente limitati al solo utilizzo di farine 00 o farine di Manitoba, i quali avendo quantitativi proteici elevatissimi e quindi farine di notevole forza, rendono più facili le lunghe lievitazioni.

Ma non esiste alcun dubbio sul fatto che i risultati ottenuti con le nostre farine sono di gran lunga migliori sotto l'aspetto del gusto del prodotto, il profumo inebriante, non per ultimo l'aspetto salutistico, uno dei punti più importanti della nostra sperimentazione. Insomma per farla breve i clienti della nostra struttura e tutti quelli che scelgono questo prodotto, hanno la possibilità di fare un'esperienza sensoriale unica facendo un tuffo nel passato, riscoprendo il gusto del pane di una volta e le famose paste da gelato preparate con quella farina di Maiorca che negli anni 70 diventò introvabile a causa dell'importazione di farine estere dall'America e dal Canada, a cui ormai tutte le più grosse aziende multinazionali si sono dedicate!!

Ma tutto ciò eseguito con le ultime tecniche studiate, in modo da ottenere prodotti di altissima manifattura ed al tempo stesso gentili con il nostro organismo!! pensate che molte di queste semole specie la "Tumminia" hanno proprietà antitumorali e consumandole si può anche essere certi dell'assenza di micotossine o altri elementi estranei e nocivi. Tutto ciò grazie ad un'attenta cura della filiera produttiva.

*Per concludere, la richiesta di queste semole sta aumentando in maniera spasmodica da parte di consumatori locali ma anche da parte del resto del mondo; tutto ciò grazie all'informazione e soprattutto grazie al nostro lavoro di categoria, il quale permette a tutti di conoscere, degustare, apprezzare ed amare questi prodotti; prodotti che sono e continueranno ad essere "**definizione**" di un territorio e della cultura di appartenenza.*

Vi ringrazio per l'attenzione da voi concessa.

