

Il **giorno 15 marzo 2019** noi ragazzi del secondo anno del CdL in Scienze della nutrizione umana ci siamo recati grazie all'iniziativa del Professor Umberto Scognamiglio (nutrizionista presso il CREA e docente di Ristorazione Collettiva presso il nostro corso di Laurea) e accompagnati dalla Dottoressa Tiziana Briguglio (giornalista agricola ed enogastronomica) e la Dottoressa Tiziana Zottola (veterinario presso l'IZSLT di Latina) presso una serie di aziende di varia tipologia alla scoperta e riscoperta delle tradizioni culinarie del nostro territorio laziale.

L'obiettivo di questa giornata è finalizzato alla riscoperta dei nostri sapori a partire dal territorio e dalle tradizioni passando per la qualità di ciascun alimento, nonostante molte aziende e attività di ristorazione oggi vanno in una direzione differente.

La consapevolezza di questo processo deriva dalla conoscenza del nostro territorio in primis: noi nutrizionisti di domani siamo chiamati da oggi, con la nostra azione a far sì che i consumatori scoprano e rivalorizzino queste tradizioni sempre più difficili da affermare nel processo di globalizzazione in atto oggi.

1ª tappa: Azienda agricola Macchiusi (SS Appia km 90, 04014 Pontinia LT)

La proprietaria dell'azienda, Monica Macchiusi, ci ha raccontato il processo di produzione delle mozzarelle di bufala partendo dal presupposto, fondamentale in termini di *sostenibilità* e di *minor impatto ambientale* (sottolineato anche durante il corso), che l'azienda è a circuito chiuso: tutto quello che non viene utilizzato ai fini produttivi viene riutilizzato in altro modo per eliminare gli scarti e i rifiuti. In questo contesto l'azienda possiede l'allevamento di numerose bufale e di poche mucche, queste ultime al fine di poter riutilizzare il latte per poter nutrire i vitelli nati dalle bufale. Tale pratica viene fatta per preservare il latte di bufala la cui produzione in media è di 8/10L mentre quello di mucca è di 30/40L in media.

Il prodotto ottenuto è quindi privo di conservanti, ed avrà, conseguentemente a questo una minor durata di conservazione.

È interessante sottolineare come a livello tecnologico, il siero in passato fosse considerato un rifiuto e di conseguenza non riutilizzato. Il siero è utilizzato oggi come nutrimento per mucche e bufale.

Tra le tante innovazioni segnalate c'è sicuramente l'introduzione dei pannelli solari sul fienile: una ulteriore evidenza del progetto di sostenibilità dell'azienda.

2ª tappa: Carni Bufaline Antica Tradizione Mastrantoni Gaetano (Via della Grotta, 236, 04015 Priverno LT)

Il progetto di valorizzazione della bufala prevede però anche l'utilizzo della carne di bufalo maschio (ad oggi rispetto al passato si utilizza la carne giovane, non al di sopra dei 16 mesi mentre in passato erano destinati a questa pratica i bufali ormai anziani, anche intorno ai 16 anni).

Ci siamo recati a Priverno presso l'azienda di Gaetano Mastrantoni che ci ha introdotto i Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT, prodotti inclusi in un apposito elenco, istituito dal Ministero delle politiche agricole alimentari, forestali e del turismo – Mipaaf, con la collaborazione delle Regioni), in particolare la bresaola di bufalo (che abbiamo poi avuto la possibilità di assaggiare nel corso della visita). Un prodotto agroalimentare tradizionale è un alimento del territorio in produzione da almeno 25 anni. Attraverso la presentazione di un progetto al MIPAAFT, se approvato, questo prodotto viene pubblicato sulla gazzetta ufficiale nel documento, di cadenza annuale (siamo giunti alla 19° revisione con l'edizione del 12 marzo 2019 presente sul sito del MIPAAFT). La bresaola di bufalo è riportata all'interno della 19° revisione del 12 marzo 2019 al N°11 nella tabella Lazio. Ma non solo carni conservate, anche la carne fresca di bufalo ha il suo pregio in parte legato anche alla minor presenza di grasso rispetto alla carne bovina. Questa caratteristica tra la carne di bufala (River buffalo razza asiatica) e quella bovina, è dovuta alla distribuzione del grasso che nel caso del bufalo si accumula sulla superficie a livello sottocutaneo quindi

abbiamo una minore quantità di grasso nei tessuti. Facilmente chi non desidera la parte grassa può agevolmente eliminarlo.

3ª tappa: Frantoio Orsini (Via S. Martino, Priverno LT)

L'olio di oliva è uno degli ingredienti base per l'esaltazione dei sapori, nonché ingrediente contemplato nella dieta mediterranea. Apprezzato non solo per il suo pregio gastronomico, ma anche per le virtù nutrizionali e protettive nei confronti della salute dell'uomo. A differenza di altri oli, l'estrazione può avvenire meccanicamente e non chimicamente (passaggio invece obbligato per gli oli di semi).

La Sig.ra Paola Orsini, proprietaria dell'Azienda olearia, ci ha tenuto a mostrare una pagina di giornale con un articolo del Prof. Publio Viola in cui venivano elencati "I dieci pregi essenziali" dell'olio di oliva:

- 1- è l'olio vegetale più gradevole al palato
- 2- combatte l'acidità gastrica
- 3- stimola la secrezione biliare
- 4- protegge la funzionalità del fegato
- 5- combatte la stitichezza
- 6- fornisce gli acidi grassi essenziali (acido linoleico) in quantità ottimali
- 7- favorisce l'assorbimento delle vitamine liposolubili (A D E K)
- 8- è indicato nell'infanzia per la sua composizione simile al latte materno
- 9- è il grasso più idoneo per le frittiture
- 10- non ha controindicazioni in nessun caso

L'azienda olearia Orsini è un'azienda centenaria oggi guidata da Paola Orsini e da suo marito che hanno fatto di una passione un lavoro. Lo scopo del loro viaggio è la riscoperta dei sapori a partire dal territorio e dalle tradizioni, non tralasciando la qualità. L'azienda conta circa 10 000 piante di ulivo di monocultivar Itrana dove viene eseguita la "coltivazione eroica" così definita quando praticata esclusivamente a mano su territori particolarmente impervi.

La loro azienda può essere descritta attraverso 3 parole: BIO, DOP e TRACCIATO.

BIO: In quanto l'agricoltura biologica è l'impegno che hanno assunto nel dire no a fertilizzanti chimici e fitofarmaci (tale da garantire un prodotto sano).

DOP: poichè la Denominazione di Origine Protetta "Colline Pontine" riconosce il gusto unico ed inimitabile dell'olio extravergine Orsini, ricco di fragranze aromatiche.

TRACCIATO: poichè ogni fase di lavorazione dal campo al frantoio è controllata e certificata.

Dopo la frangitura si ha il processo di gramolazione che avviene in contenitori chiusi per evitare che vi sia ossidazione della pasta di olive. Infine grazie a due innovativi decanter, l'estrazione dell'olio avviene senza l'ausilio di separatore centrifugo, mantenendo inalterate il più possibile le caratteristiche fisiche, chimiche ed organolettiche. Tutti i passaggi sono controllati ed avvengono a temperature inferiori a 27°C, per questo l'estrazione può considerarsi a freddo.

È stato possibile assaporare il loro olio che alla vista si presenta di colore verde, all'olfatto deciso e con note verdi. Il gusto è avvolgente fruttato e allo stesso tempo amaro e piccante.

L'azienda ha inoltre collaborato con la LILT (Lega Italiana Lotta contro i Tumori) in uno studio che ha mostrato come il consumo di poco più di un cucchiaino di olio evo concorra alla prevenzione della formazione di metastasi di tumore alla vescica.

4ª tappa: Pranzo presso l'Hotel Ristorante Centosedici (Viale Circe, 116, 04019 Terracina LT)

La quarta tappa, nonché pranzo, si è svolta presso il ristorante-pizzeria "Centosedici" a Terracina, dove abbiamo assaporato piatti genuini e ricchi di sapori preparati prediligendo materie prime locali come il pomodoro Torpedino e l'olio EVO delle colline pontine.

Il ristorante "Centosedici" oltre a vantare prelibatezze culinarie, vanta inoltre una cucina altamente professionale che solitamente ritroviamo in ambito di grandi ristorazioni collettive. Le varie fasi di preparazione non si svolgono in un unico ambiente, ma in locali separati in base al processo di trasformazione che gli alimenti devono subire: pulitura pesce, preparazione piatti da servire freddi, piani cottura, frittura e forni, ricezione piatti sporchi, lavaggio stoviglie ecc.

Uno dei concetti fondamentali applicato alla preparazione e gestione degli alimenti è la "marcia avanti" ossia le merci che arrivano dall'esterno entrano in un percorso caratterizzato da un'unica direzione; a garanzia della salubrità delle pietanze preparate, queste non devono tornare mai indietro. Questa procedura consente di ridurre il rischio di eventuali contaminazioni accidentali.

5ª tappa: Casale del Giglio Azienda Agricola S.r.l. (Via Aventina, 32, 00153 Roma RM)

Come ultima tappa ci siamo recati all'Azienda vitivinicola ed enologica Casale del Giglio guidati dal Sommelier Sergio Gobbi, che partendo dalla visita delle vigne e della cantina ci ha condotti nella sala di degustazione. Il vigneto è organizzato per la raccolta meccanizzata con aspiratori e questo comporta un notevole vantaggio riducendo il processo di ossidazione.

Per la conservazione e la maturazione del vino si utilizza rovere francese, legno che proviene da boschi differenti. Questo perché il legno impartisce caratteristiche organolettiche diversa di bosco in bosco. Il periodo di permanenza è di 20/24 mesi si utilizzano legni nuovi.

La visita si è conclusa con la degustazione di alcuni vini: per i bianchi Viognier, Petit merlot e l'Anthium mentre per i rossi Mayer matuta, Temprandio e Petit verdot.

Sono inoltre presenti 3000 ulivi all'interno degli oltre 300 ettari dell'azienda. Le piante di olivo appartengono a diverse cultivar di olivo (leccio, frantoio, sant'Agostino, pendolino, itrana) inizialmente messi a dimora come ornamento, ma che oggi portano alla produzione di olio. Tale olio, dato lo scarso contenuto di polifenoli non possiede caratteristiche come amaro e piccante ed è per tali motivi particolarmente adatto ai bambini.

A cura di:

Andrea Soluri

Fabiana Federico

Si ringraziano in modo particolare il Professor Scognamiglio e le Dottoresse Tiziana Briguglio e Tiziana Zottola.