



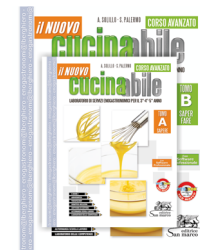
La cucina multietnica o internazionale

I processi migratori, i viaggi e la globalizzazione portano alla convivenza di etnie e culture diverse, un fenomeno questo che favorisce, attraverso l'imprenditoria straniera della ristorazione, la diffusione di nuove cucine, con prodotti alimentari e combinazioni di sapori innovativi.

Le espressioni **cucina multietnica** o **cucina internazionale** servono ormai a denominare tutte queste diverse gastronomie, anche se la seconda, in origine, si riferiva soltanto alla cucina francese o a quella europea in genere.

Volendo stilare una sorta di classifica delle cucine più comuni e apprezzate, in particolare dalle nuove generazioni, vi sono le cucine orientali (cinese e giapponese, ma anche indiana), quelle mediorientali, nordafricane (magrebine) e sudamericane, che poi sono replicate, seppure con interpretazioni e varianti locali, nelle nazioni che le ospitano. I ristoranti etnici cercano, per quanto possibile, attraverso l'arredamento e i suoi complementi, di ricreare l'atmosfera originale, mentre a causa della difficoltà di reperire le materie prime adeguate e della necessità di andare incontro ai gusti della clientela occidentale, l'offerta gastronomica consiste quasi sempre in una **reinterpretazione** della cucina d'origine, proprio come accade quando la cucina italiana viene proposta all'estero.

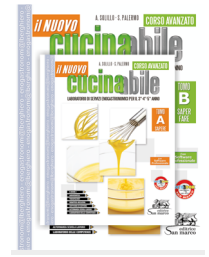
A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile**
Corso Avanzato



La cucina creativa

La **nouvelle cuisine** si è evoluta nella cosiddetta **cucina creativa**. Quest'ultima esalta il sapore delle materie prime con cotture adeguate e combinazioni opportune di ingredienti, rispetta la stagionalità dei prodotti e offre piatti equilibrati anche dal punto di vista nutrizionale.

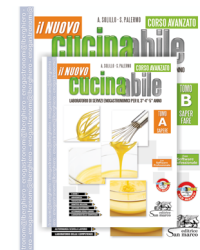
A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile**
Corso Avanzato



La cucina rivisitata

La **cucina rivisitata** fa parte, invece, di un filone gastronomico, nel quale i piatti della tradizione sono ripensati con nuovi abbinamenti di ingredienti, proponendo sapori e consistenze alternativi a quelli tradizionali. L'innovazione della cucina si fonda sulla rivisitazione dei piatti tradizionali, mediante la sperimentazione di nuovi accostamenti tra ingredienti provenienti da ogni parte d'Italia, ma anche da luoghi più lontani (cucina fusion) con lo scopo di far convivere armonicamente tecniche e materie prime nuove e tradizionali. Per esempio, un piatto come la parmigiana di melanzane lo si può **rivisitare** alleggerendolo, quindi, grigliando e non friggendo le melanzane. Questo piatto non avrà lo stesso sapore della ricetta tradizionale pur avendo la stessa presentazione. Dalla ricetta tradizionale si può anche partire per trarre ispirazione e preparare una **nuova pietanza**, nel caso specifico potrebbe essere una crema di melanzane fredde servita con pomodorini e mozzarella a cubetti. In questo caso, si trae spunto dalla ricetta tradizionale per fare **innovazione**. Sia l'innovazione, sia la rivisitazione richiedono l'abilità del cuoco, che deve saper scegliere gli ingredienti giusti dai singoli localismi per poi unirli in modo equilibrato usando le tecniche corrette di preparazione.

A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile
Corso Avanzato**

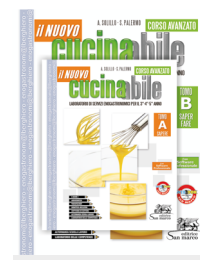


La cucina fusion

La **cucina fusion** nasce dalla "fusione" delle culture gastronomiche di vari popoli, per cui si combinano ingredienti e ricette delle tradizioni culinarie di vari Paesi, con lo scopo di preparare nuovi piatti. Tale cucina può essere realizzata secondo tre approcci diversi:

- ✓ il primo consiste nel comporre il piatto unendo preparazioni tipiche di diversi Paesi del mondo (per esempio, la caponata di melanzane con il cous cous);
- ✓ il secondo associa preparazioni di una cultura gastronomica a elementi che appartengono a un'altra tradizione culinaria (come nel caso del risotto al parmigiano con alghe giapponesi);
- ✓ il terzo realizza ricette di Paesi esteri con tecniche e ingredienti locali (per esempio, il kebab servito nella piadina romagnola).

A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile**
Corso Avanzato

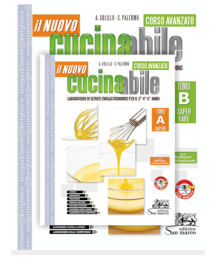


La cucina glocal

La **cucina glocal** mescola la cultura gastronomica locale con ingredienti provenienti da altri Paesi, per sperimentare curiosi accostamenti e creare nuovi sapori.

Ultimamente, grazie all'influenza della gastronomia giapponese si utilizzano spesso le alghe marine come ingredienti nella preparazione di insalate e zuppe.

A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile**
Corso Avanzato

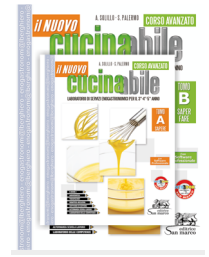




La cucina sperimentale

Quando la scienza e la tecnologia si fondono con il gusto e con l'arte culinaria, si parla di **cucina sperimentale**, che ha come protagonisti i **cuochi ricercatori**, le cui parole d'ordine sono: scoprire, testare. Esempi in questo senso sono rappresentati dalla cucina **molecolare**, **destrutturata** e **sensoriale**.

A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile**
Corso Avanzato





La cucina salutistica, biologica ed ecosolidale

Alimentarsi in modo corretto permette di mantenersi in una buona forma fisica ed essendo la salute il bisogno che più degli altri, negli ultimi anni, l'uomo sta cercando di raggiungere e mantenere, in linea con questa tendenza stanno aumentando da parte dei consumatori le richieste di **cibi sani e poco calorici** coltivati con sistemi biologici e biodinamici e con principi **ecosolidali ed ecosostenibili**.

Questo significa che per un'azienda ristorativa, che vuole acquisire nuovi clienti, diventano un aspetto importante determinate scelte, quali:

- ✓ aumentare le proposte a base di cereali, legumi, frutta e verdure fresche;
- ✓ introdurre alimenti del tutto o parzialmente integrali;
- ✓ utilizzare tecniche di cottura non grasse che conservino il valore nutritivo degli alimenti;
- ✓ ridurre l'apporto di lipidi e di zuccheri semplici.

Un'altra abilità che deve possedere il professionista della ristorazione è quella di saper predisporre menu adatti a consumatori che seguono **diete particolari**, per **intolleranze** o per **allergie**, oppure per **scelta** (dieta vegetariana, vegana, macrobiotica). È in crescita oggi, infatti, la tendenza a seguire regimi alimentari particolari.

La sostenibilità ambientale

Il settore della ristorazione, soprattutto negli ultimi anni, è sempre più attento alla sostenibilità ambientale. L'obiettivo è quello di accorciare la filiera per evitare sprechi e garantire prodotti sempre freschi e genuini (**cucina a km 0**). Diventare un **ecoristoratore** è un'opportunità perché permette di utilizzare le materie prime a 360° e acquisire clienti dalla coscienza ecologica.

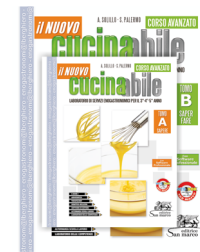
Le regole basilari per una ristorazione ecosostenibile sono semplici accorgimenti che permettono di diminuire i costi di gestione e poter diventare concorrenziali nei prezzi.

I modelli semplici da seguire, ma virtuosi sono:

- ✓ il risparmio energetico praticato da tutta la brigata e da tutto il personale;
- ✓ il menu ciclico in base alla stagionalità dei prodotti;
- ✓ le porzioni offerte in quantità diverse (*small* o *large*);
- ✓ le ecoricette che permettono l'utilizzo degli scarti commestibili di un alimento per ridurre lo spreco alimentare.

Anche diventare partner di una raccolta fondi per iniziative benefiche, oggi non può mancare tra gli impegni di chi si vuol definire **ristoratore sostenibile**.

A. Solillo
S. Palermo
**Il Nuovo
Cucinabile**
Corso Avanzato





ESERCIZI

COMPLETA

Completa la seguente mappa inserendo le parole mancanti, scegliendole tra quelle proposte:

cura nella presentazione - ecosolidale - etnica - mix di gastronomie - nordafricana - rivisitata - stagionalità - sperimentale - spoon appetizer.

