

## CROCIERISTI A TAVOLA: I FOOD TREND DELL'ESTATE 2016

*Lo chef MSC Crociere svela i gusti e le tendenze di stagione e le 5 ricette dell'estate*

Ginevra, 13 luglio 2016 – Dopo un inizio molto incerto l'estate è finalmente arrivata con le sue temperature cocenti: più si alza l'asticella del termometro più il nostro corpo ha bisogno di essere idratato e nutrito con alimenti freschi e leggeri. Ma quali sono le **abitudini a tavola dei turisti del 2016**? Ce le anticipa il **corporate chef di MSC Crociere Paolo Tarantino**, abituato a sondare i gusti delle migliaia di passeggeri che soggiornano sulle navi MSC per accontentare tutti i palati.

Attraverso un sistema computerizzato di bordo che traccia e monitora tutti gli ordini su base demografica, infatti, al termine di ogni stagione MSC raccoglie i feedback degli passeggeri e da lì aggiorna la ricca offerta gastronomica di bordo.

"Quest'anno la tendenza a **prendersi cura di sé** anche attraverso il cibo si riconferma predominante a tavola", afferma lo chef Tarantino. Per venire incontro alle nuove esigenze dei propri passeggeri, MSC Crociere ha introdotto da quest'anno sulle navi classe Musica e classe Fantasia un **angolo dedicato** del buffet con piatti salutari composti, che garantiscano un apporto equilibrato non solo di vitamine, ma anche di proteine. "Questa nuova proposta risponde a una forte crescita della domanda di menu vegetariani", prosegue lo chef, "che non trova invece corrispondenza nella domanda vegan, ancora molto ridotta a bordo".

E non finisce qui: "Con l'aiuto di nutrizionisti dedicati, noi corporate chef stiamo inoltre elaborando i nuovi menu che verranno offerti ai passeggeri che sceglieranno la nuova **Wellness Experience powered by Technogym** che sarà disponibile a bordo delle navi MSC a partire dal 2017" continua lo chef. "Non semplicemente piatti light, bensì pasti sani e al tempo stesso completi e nutrienti, elaborati sulla base dei 6 diversi profili previsti dall'Aspirational Finder di Technogym e identificati con un apposito simbolo su menu e buffet".

Ecco quindi i trend dell'estate 2016:

### 1) **Sano è bello**



"Le preferenze dei passeggeri sono sempre più rivolte ai piatti sani, genuini e poco elaborati della tradizione mediterranea. Mangiare bene è uno stile di vita ed è un elemento cardine della tradizione mediterranea di MSC Crociere", spiega lo chef Tarantino. La tendenza a **mangiare sano** si conferma dunque trend di spicco anche per l'estate 2016: "I **piatti della tradizione mediterranea** si confermano i più richiesti perché rappresentano una garanzia di autenticità, semplicità e gusto."

- Carne e pesce
- Cucina vegetariana e salutismo
- Cucina etnica autentica
- Gelato e pasta fatta in casa
- Ingredienti genuini
- Cibo trasformato il meno possibile

## 2) Le 5 ricette top per l'estate 2016

Le previsioni gastronomiche di MSC Crociere sono molto chiare: i cinque piatti più richiesti nel corso dell'estate saranno:



- **Polpo arrostito** con patate, pinoli, olive e basilico - "Un piatto apprezzatissimo perché gustoso, fresco e leggero", parola di Chef
- **Risotto ai gamberi**, rucola e basilico
- **Rombo al forno** con pomodori ciliegino, patate a cubetti
- **Tagliata di filetto di manzo**, riduzione al tartufo e vino al Madeira
- **Paccheri di Gragnano** al sugo di mare

## 3) Il cibo che mette d'accordo tutti



Su questo punto lo chef è perentorio: "I **calamari fritti** sono il piatto in assoluto più trasversale, che accomuna i passeggeri delle navi MSC, a prescindere dall'età o dalla nazionalità". Ma come, dopo tutto questo parlare di cibo sano? "Sulle nostre navi la ricetta è preparata esclusivamente con la metodologia di frittura italiana", precisa lo chef Tarantino. "Quella italiana è la tradizione di frittura più semplice e genuina: l'alimento viene passato solo nella farina e poi fritto in olio di arachidi che mantiene la temperatura."

## 4) Le ricette più apprezzate nel 2016



- **Noci di capesante** arrostiti profumate alle spezie tandoori, con dressing allo zenzero e supreme di pompelmo rosa
- **Risotto alla marinara** con moscardini e cozze, mantecato all'olio extravergine di oliva e prezzemolo
- **Tortelli ripieni** di punte di asparagi e mascarpone con burro al tartufo e nocciole tostate
- **Filetto di orata** al limone con patate schiacciate e crema delicata ai peperoni rossi
- **Carré di agnello** in crosta di pistacchi e pomodoro gratinato alle erbe aromatiche

## 5) Stop agli sprechi!



“Una novità che abbiamo rilevato è che i passeggeri dimostrano una sensibilità e una **consapevolezza molto più sviluppata** nei confronti dello spreco, cercando di evitare di fare il bis al buffet per poi avanzare il cibo”, spiega lo chef Tarantino.

## 6) Per finire, il cavallo di battaglia menu MSC di Ferragosto 2016



Il giorno di Ferragosto non mancherà il **taglio dell'anguria e spiedini di frutta** che saranno offerti come piccolo rinfresco nelle ore calde della giornata a bordo piscina.

La cena sarà a base di pesce: dagli spaghetti allo scoglio al pesce del mediterraneo grigliato.

## Forse non sapevate che...



Rispetto alla cucina casalinga, la cucina di bordo implica alcuni vincoli determinanti, legati in primis alle tecniche di preparazione, che devono garantire un'attenzione particolare al tema della sicurezza alimentare. La differenza principale, però, è legata ai volumi: **“Nelle cucine di bordo un piatto deve essere riprodotto per una media di 2.500 persone in 50 minuti”**, spiega lo chef Tarantino. **“Questo significa che un piatto che a casa o al ristorante prevede una media di 12 passaggi ('tocchi') a bordo deve essere impiattato in soli 3 passaggi - 5 per i piatti di gala, massimo 7 per i piatti di inaugurazione”**.

## LA RICETTA DEL POLPO ARROSTITO

### Ingredienti e dosi per 4 persone:

- 800g polpo
- 200g patate
- 1 rametto maggiorana
- Basilico 80g
- 100g pomodorini
- 40g olive taggiasche
- 20ml olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 20g pinoli tostati
- Pecorino g5
- Parmigiano Reggiano g5

### Procedimento:

*Cucinare il polpo a vapore per circa 1 ora e 45 minuti. Raffreddarlo e tagliarlo a tocchetti da 2\3 cm. Marinarlo in olio di oliva extravergine e maggiorana. Arrostito in padella per qualche minuto.*

*Tagliare i pomodorini a spicchi, condirli con olio extravergine, sale, pepe, aglio schiacciato e cucinarli in forno a 100°C per circa 60 minuti.*

*Cucinare a vapore le patate, pelarle e schiacciarle con la forchetta aggiungendo poco olio. Aggiustare di sapore.*

*Frullare parte dei pinoli con parte del basilico, pecorino, parmigiano, aggiungere un filo d'olio extravergine fino ad ottenere una salsa al pesto cremosa.*

*Comporre il piatto distribuendo al centro del piatto un cucchiaino di composta di patate, adagiarvi il polpo arrostito terminando con le olive tagliate a metà i pinoli, pomodorini e il pesto. Guarnire con foglie di basilico e servire tiepido.*

## **NOTA PER I GIORNALISTI**

### **WELLNESS EXPERIENCE POWERED BY TECHNOGYM**

*Per la progettazione di questo nuovo programma di wellness su misura, il team di MSC Crociere ha collaborato per più di un anno con gli esperti di wellness, fitness, alimentazione e tecnologia di Technogym. L'esperienza prevede tecnologia all'avanguardia e attrezzatura per il wellness di ultima generazione, una specifica selezione di alimenti e bevande, attività esclusive da svolgere a terra e la presenza a bordo di trainer formati e certificati da Technogym.*

*Comprendere le motivazioni degli ospiti è il punto di partenza per la creazione del programma motivazionale: al momento della prenotazione della crociera, gli ospiti vengono invitati a compilare l'**Aspiration Finder™**, il primo questionario scientifico online sviluppato dal reparto ricerca di Technogym. Il risultato del questionario è una **Aspiration Map** che costituisce la base per il programma personalizzato.*

*Una volta a bordo, gli ospiti avranno un appuntamento individuale con il medico e il trainer che, in seguito a un check-up, a un'analisi della composizione corporea e un colloquio approfondito, formuleranno degli obiettivi di wellness su misura in base ai quali verrà sviluppato un programma personalizzato per l'intera durata della crociera.*

*I partecipanti usufruiranno anche di attrezzatura personalizzata e dell'accesso Internet gratuito per poter utilizzare la versione in esclusiva per MSC Crociere dell'**app mywellness** di Technogym, una piattaforma*

innovativa a sostegno del programma di allenamento a bordo che potrà essere utilizzata anche una volta tornati a casa.

Gli ospiti MSC Crociere che hanno scelto la Wellness Experience beneficeranno anche di nuove **lezioni di wellness di gruppo** sviluppate con gli esperti Technogym per il training di base e a corpo libero da effettuare con le attrezzature ARKE Technogym e le lezioni di Group Cycle, oltre a una serie di lezioni di fitness in voga come la Bella Barre e Hula Fit, Tai Chi, Pilates, Yoga e Aqua Bike. Le **attività a terra** dedicate esclusivamente ai partecipanti della Wellness Experience sono state concepite a complemento del programma fitness di bordo: jogging nell'antica Olimpia, giro in bicicletta a Copenaghen, escursioni sul monte Fløyen in Norvegia, un divertente triathlon a Cozumel con kayak, corsa e snorkeling, oppure ancora un allenamento sulla spiaggia di Rio de Janeiro.

**Le prenotazioni della Wellness Experience sono già state aperte per le crociere che partono da aprile 2017.** Già oggi quindi è possibile prenotare una crociera scegliendo l'esperienza Wellness - ad esempio - a bordo della nuova ammiraglia MSC Meraviglia che sarà varata tra poco più di un anno. Nei mesi di giugno e luglio 2017 i prezzi dell'esperienza Wellness per una crociera di una settimana a bordo della nuova nave nel Mediterraneo occidentale con tappe a Malta, Spagna e Francia partono da 1.049 euro per persona.

Technogym è leader mondiale nei settori del wellness e fitness, è Fornitore Ufficiale delle ultime sei edizioni delle Olimpiadi, nonché di alcune delle squadre sportive più celebri al mondo. Più di 35 milioni di utenti si allenano ogni giorno con Technogym.

**MSC Crociere**, compagnia del Gruppo MSC, è leader di mercato in Europa, Mediterraneo compreso, in Sud Africa e in Sud America. Naviga tutto l'anno nel Mediterraneo e nei Caraibi offrendo itinerari stagionali anche nel Nord Europa, Oceano Atlantico, Antille Francesi, Sud America, Sud Africa, Abu Dhabi e Oman.

L'esperienza MSC Crociere trae ispirazione dal lato elegante del Mediterraneo per creare emozioni uniche e indimenticabili per i viaggiatori, attraverso la scoperta di culture, bellezze e sapori di tutto il mondo. La sua flotta si compone di 12 moderne navi: MSC Preziosa, MSC Divina, MSC Splendida, MSC Fantasia, MSC Magnifica, MSC Poesia, MSC Orchestra, MSC Musica, MSC Sinfonia, MSC Armonia, MSC Opera e MSC Lirica.

Nel 2014 MSC Crociere ha avviato un nuovo piano industriale per sostenere la seconda fase della sua crescita attraverso l'ordine di due navi di generazione Meraviglia e altre due di generazione Seaside (più un'opzione di una terza unità) e a febbraio del 2016 ha confermato l'opzione esistente per la costruzione di altre due navi Meraviglia Plus con una capacità passeggeri ancora maggiore. Nell'aprile 2016 è stata annunciata la firma di una lettera d'intenti per la costruzione di quattro ulteriori navi dotate delle più evolute tecnologie e di propulsori alimentati a GNL. Il valore complessivo del nuovo piano industriale sale quindi a 9 miliardi di euro e di conseguenza, tra il 2017 e il 2026, entreranno in servizio 11 nuove navi di ultima generazione. La Compagnia è il primo brand crocieristico globale ad aver sviluppato un piano di investimenti di tali dimensioni che copre un orizzonte temporale di oltre dieci anni, a partire dal 2014 fino al 2026.

MSC Crociere sente una profonda responsabilità verso l'ambiente in cui opera ed è stata la prima compagnia a ricevere il riconoscimento "7 Golden Pearls" da Bureau Veritas per il suo alto livello di gestione e tutela ambientale. Nel 2009 MSC Crociere ha iniziato una duratura partnership con UNICEF, per sostenere diversi programmi di aiuto rivolti ai bambini di tutto il mondo. Fino ad oggi MSC Crociere ha raccolto più di 5 milioni di euro grazie a donazioni volontarie degli ospiti a bordo.

**MSC CROCIERE**

Ufficio stampa consumer

Tel. 081/7942602 - 603

[publicrelations@msccrociere.it](mailto:publicrelations@msccrociere.it)

[www.msccrociere.it](http://www.msccrociere.it)