QUEI PRELIBATI TESORI CUSTODITI NEI PARCHI

di Antonio Cianciullo

Prosciutti-violino, **grani antichi**, formaggi avvolti nelle erbe... Dalle aree protette d'Italia ora ritornano in tavola. Anche grazie a Expo 2015

Paddaccio, cacioni, trittico, lampascioni, lucanica, pappaluni, giuraje, farrate, solina, gruttazzo. Basta scorrere questo elenco per entrare in un mondo di sapori che in pochi decenni si è sbiadito e rischia di sparire. Ma grani antichi, formaggi d'alpeggio, dolci dalle forme arcaiche, verdure di cui sembrava persa la memoria resistono nei luoghi in cui assieme alla natura è stata difesa la tradizione gastronomica: i parchi che, oltre alla biodiversità, tutelano l'intreccio secolare tra natura e cultura. Ora ricette e cultivar antichi stanno tornando dalle aree protette, che in molti casi li hanno salvati dall'estinzione, sulle nostre tavole grazie all'impegno di una nuova generazione di agricoltori e cuochi che ha concentrato l'attenzione sulla qualità dei prodotti.

Un'ampia panoramica su questa azione di recupero è contenuta nei 16 quaderni *Mangiaparco*, voluti dal ministero dell'Ambiente e da Federparchi per Expo e disponibili online anche in inglese nel sito *parks.it*. Vengono raccontati 14 parchi nazionali (Parco d'Abruzzo, Lazio e Molise; Alta Murgia; Appennino Lucano; Aspromonte; Cilento; Cinque Terre; Gargano; Gran Paradiso; Gran Sasso Monti della Laga; Majella; Monti Sibillini; Pollino; Val Grande; Vesuvio) e due aree marine protette (Torre Guaceto e Plemmirio) per un totale di oltre 170 prodotti e 110 ricette.

Nel parco della Val Grande c'è la rarissima mortadella ossolana e il violino di capra, un prosciutto speziato, dal profumo di quercia, che si taglia appoggiandolo su una spalla. Nel parco d'Abruzzo il conciato di San Vittore, un formaggio avvolto in 15 erbe, tra cui timo serpillo e finocchio selvatico, tramandato dall'epoca dei Sanniti (Cicerone e Marziale lo descrivevano come uno dei prodotti più consumati nella zona al confine tra Lazio e Campania). In Aspromonte si può degustare il bergamotto nelle tre varietà (Femminello, Castagnaro, Fantastico) che cresce bene solo qui. Nel Gran Sasso regna lo zafferano (da 200 mila fiori se ne otteniene un chilo). Nel Cilento le alici di Menaica, pescate con una rete che seleziona solo le più grandi.

«Quel che emerge, da Nord a Sud» dice Giampiero Sammuri, presidente di Federparchi, «è una geografia dell'Italia protetta all'insegna del buon gusto, dei cibi sani e delle tradizioni agroalimentari che si intreccia con quella dei paesaggi naturali: dalla tutela della biodiversità alle produzioni di qualità. Un patrimonio unico che per la prima volta, grazie ad Expo, è stato raccontato in modo esaustivo». «Il sistema nazionale delle aree naturali protette» aggiunge il direttore del ministero dell'Ambiente Maria Carmela Giarratano, «rappresenta per l'Italia una ricchezza storica, culturale e naturalistica. Con questi quaderni dimostriamo che il nostro territorio, straordinario per varietà biologica e bellezza naturalistica, regala una produzione agroalimentare sana e di alta qualità riconosciuta nel mondo». ◻

ALCUNI **PRODOTTI TIPICI** DEI PARCHI NAZIONALI ITALIANI: [1] FORME DI PANE DEL GRAN PARADISO [2] LIMONI DELL'AREA MARINA PROTETTA DEL PLEMMIRIO, IN SICILIA [3] MELE DEL PARCO NAZIONALE DEL CILENTO [4] CAPPERI DEL GARGANO [5] ACCIUGHE DELLE CINQUE TERRE [5] UVA MOSCATO DEL POLLINO [6] ZAFFERANO ABRUZZESE DEL GRAN SASSO

CUCINE DEL MONDO

CHEF KUMALÈ
chef@kumalè.net

Con i filetti di pesce l'omelette è thailandese

La cucina thailandese è fatta anche di piatti semplici e veloci, ma molto appetibili. Provate questa omelette, che potrete variare sostituendo il pollo con maiale o filetti di pesce bianco. In una padella antiaderente fate saltare con un filo d'olio di semi la carne con l'aglio e il peperoncino, quando inizierà a prendere colore insaporite con mezzo cucchiaio di salsa di pesce e lo zucchero e saltate ancora per qualche istante, prima di aggiungere il basilico e prelevare dal fuoco. A parte preparate un'omelette, sbattendo le uova con mezzo cucchiaio di salsa di pesce. Stendetela su un piatto piano, sistemate all'interno la carne e richiudete a pacchetto. Rivoltate l'omelette e servitela in tavola ben calda.

2 uova, 250 gr di carne tritata di pollo, 1/2 cucchiaio d'aglio tritato, 1/2 cucchiaino di peperoncino tritato, 1 cucchiaio di salsa di pesce nam pla o colatura di alici, 1/2 cucchiaino di zucchero di canna, 10 foglie di basilico thai, olio di semi