

il Resto del Carlino

CRONISTI in CLASSE

VALORI

Nel piatto

La dieta mediterranea enfatizza i valori dell'ospitalità, del vicinato, del dialogo interculturale e della creatività



I cronisti della 2B sono seguiti dalla prof Babila Belluco

La pizza, patrimonio dell'umanità

La dieta mediterranea raccontata dai giovani cronisti di Porto Tolle

LA CLASSE 2B, dell'istituto comprensivo di Porto Tolle, si è cimentata in una serie di articoli che raccontano la storia della pizza, i segreti della dieta mediterranea e l'importanza del cibo doc. Sono seguiti dalla professoressa Babila Belluco.

LA DIETA mediterranea entra a far parte del patrimonio immateriale e culturale dell'Unesco nel 2010. Un modo di alimentarsi che comprende una serie di competenze, conoscenze, rituali, simboli e tradizioni concernenti la coltivazione, la raccolta, la pesca, l'allevamento, la conservazione, la cucina e soprattutto la condivisione e il consumo di cibo. Mangiare insieme è la base dell'identità culturale e della continuità delle comunità nel bacino Mediterraneo. La

dieta mediterranea enfatizza i valori dell'ospitalità, del vicinato, del dialogo interculturale e della creatività e rappresenta un modo di vivere guidato dal rispetto della diversità. Essa svolge un ruolo vitale in spazi culturali, festival e celebrazioni riunendo persone di tutte le età e classi sociali; include l'artigianato e la produzione di contenitori per il trasporto, la conservazione e il consumo di cibo, compresi piatti di ceramica e vetro. Le donne giocano un ruolo fondamentale nella trasmissione delle conoscenze della dieta mediterranea. La dieta mediterranea è un bene immateriale transnazionale di diversi paesi: Cipro, Croazia, Spagna, Grecia, Italia, Marocco e Portogallo (Fonte: www.unesco.it/it/PatrimonioImmateriale/Detail/384). È nota fin

dall'antichità la triade di piante che sta alla base della dieta mediterranea: vite, ulivo, grano. Per secoli, infatti, il vino, l'olio di oliva e i cereali sono stati cibi "poveri" dell'alimentazione dei paesi europei vicini al mare. Questi cibi vengono integrati soprattutto con frutta, verdura e pesce. Oggi gli esperti di nutrizione hanno riconosciuto, a livello scientifico, i benefici che derivano alla salute da questa antica Dieta Mediterranea, e la propongono a tutti come modello alimentare. Gli ingredienti principali sono: pane, legumi secchi, riso o frumento integrale, carote, melanzane, olio extravergine e vino. Con questi è possibile realizzare e gustare piatti colorati e preziosi con ricette notevoli e numerose varianti casalinghe come "gnocchi alla mediterranea, insalata

di pasta, zuppa di lenticchie, tartare di pesce spada, pasta con lenticchie e cavoletti, pasta alle melanzane e feta, filetto alla sorrentina..." e tante altre prelibatezze regionali. Se volessimo completare il menù, sulle nostre tavole non manca mai la pizza, signora delle serate in libera uscita. Solo nel 2017 l'arte del pizzaiolo napoletano è entrata a far parte del Patrimonio immateriale dell'Umanità. Partendo dai quartieri poveri di Napoli, la tradizione culinaria si è profondamente radicata nella vita quotidiana della comunità. Per molti giovani praticanti, diventare pizzaiolo rappresenta anche un modo per evitare la marginalità sociale.

**Filippo Greguoldo
Emily Crepaldi
Davide Simeoni**

RICETTE A CONFRONTO I CRONISTI METTONO A CONFRONTO ALCUNE PIETANZE DEI PAESI EUROPEI

«Le specialità del nostro Delta? Sono inimitabili»

RICETTE A CONFRONTO

Le eccellenze e le specialità che si possono consumare sulle terre del Delta del Po sono uniche. Ecco il nome di alcuni piatti tipici famosi e inimitabili altrove: "Risi e fasioi duri", "Risi e bisì", "Bisato in tecia", "Poenta e osei", e il "Baccalà col toccio". Si allevano nella Sacca di Scardovari e nelle valli le vongole, i cefali, le cozze e nel mare si pesca pesce azzurro. Nei mercati ortofrutticoli di Lusina e Rosolina si possono trovare aglio, insalata, meloni, riso e il grano turco polesani DOP. Certo si ritrovano ricette simili ad altri paesi d'Europa. Per esempio il "Baccalà" è tipico anche del Portogallo, perché grazie alla presenza di coste oceaniche il paese si

dedica alla vendita e produzione di questo pesce, ma l'uso di mantecarlo così a lungo nel sughetto (el tocio appunto) è tutto veneto. Per quanto riguarda il consumo di carni, nella realizzazione degli spiedini in Veneto si usa un mix di carni tra cui: carne di maiale, di mucca, di pollo, al contrario gli spiedini della Gran Bretagna impiegano solamente carne di montone. Non avete mai mangiato le polpette? Se le avete mangiate sappiate che sono molto apprezzate anche dai tedeschi. Le loro polpette sono più ricche di grassi. Dalla Francia ci è noto lo spezzatino di pollo, anche se è molto più speziato del nostro. I "Risi e bisì" sono tipici anche dell'Olanda, ma loro ci aggiungono delle fettine di salame per dare

maggior gusto ad un piatto che da noi è invece molto delicato. In Spagna si mangia il riso nella tipica Paella, un mix di pesce, verdure e carne magra molto colorato. La sangria invece è la bevanda più famosa della Spagna. Da noi in inverno si fa una bevanda calda modo simile: il vin brulé. L'Austria ha delle ricette in comune con il Veneto proprio perché, oltre alla lunga storia di dominazione austriaca, lo scambio è proseguito con lo stabilirsi in Lombardia e Veneto di soldati dopo la seconda guerra, ci hanno lasciato molte prelibatezze, tra cui la cotoletta, la torta al cioccolato e lo strudel.

**Angelica Binatti
Rachele Garbi
Riccardo Bertaglia**