

Mensile di attualità

FREE PRESS
N 1 | FEBBRAIO 2024

VARESE MESE

MORSI
D'ARTE

Doux parfum
**Cake
lovers**

*Boom di lezioni
professionali e amatoriali*

I dessert della vita

**Tour
golosi**

*Le città del cioccolato
Paris-Brest, sport&gastronomia*

DENIS
BUOSI
Maestro Pasticciere

PAGINA 6

Bisogno di

dolcezza

Sweet table
2024



CAMERA DI COMMERCIO
VARESE
Futuro Impresa Territorio

Riduci i costi energetici in poche mosse e contribuisci al benessere della tua comunità

Con il bando Transizione Energetica di Camera di Commercio di Varese puoi:

Fare una preanalisi
dei tuoi consumi energetici
affiancato da un esperto



UNA CER
PER:
Sostenibilità
Condivisione
Risparmio

Ricevere consulenza
per fondare o aderire
a una CER

Ottenere assistenza
legale per costituire
formalmente una CER



MISURA A - Contributi alle imprese per diagnosi energetica

Supporta le imprese nell'avvio di percorsi di transizione energetica che favoriscano la razionalizzazione dell'utilizzo dell'energia e la riduzione dei consumi. Risorse a disposizione: **110.000,00 euro**.



MISURA B - Voucher aggregazioni energetiche

Accompagna le aggregazioni nell'avvio di percorsi che favoriscano la costituzione di CER - Comunità Energetiche Rinnovabili. Risorse a disposizione: **40.000,00 euro**.



MISURA C - Contributo ALLE CER neocostituite

Sostiene l'avvio e la costituzione di una CER - Comunità Energetica Rinnovabile. Risorse a disposizione: **10.000,00 euro**.

Le domande di contributo possono essere presentate in modalità telematica,
fino alle **12.00 del 30 aprile 2024**

www.va.camcom.it > **Bandi e contributi**

Ufficio Innovazione Finanziaria | tel. 0332 295.136 | mail: contributi@va.camcom.it



Il Trenino dell'Albula

Patrimonio mondiale UNESCO

www.rhb.ch/albula



Informazioni e prenotazioni

Tel +41 81 288 65 65

railservice@rhb.ch



INDICE

N. 1 FEBBRAIO 2024
ANNO XLI



Sorriso genuino

Tra gli Ambasciatori pasticceri dell'eccellenza italiana che affiancano il Maestro Iginio Massari, Denis Buosi è stato tra i finalisti al concorso per il miglior panettone al mondo e ora progetta di aggiungere la parte "cioccolatosa" alla sua gelateria sociale

20

Tour golosi

Che cosa succede quando un viaggio si sposa con la passione per la gastronomia e la dolcezza? Nasce una ghiotta avventura, un percorso attraverso le mete turistiche più saporite. Un viaggio che coinvolge i sensi, accendendo il desiderio di scoprire nuovi sapori e tradizioni culinarie uniche

- 5** EDITORIALE
Sweet table
- 8** FOCUS - SOCIALE
Doppia dolcezza
- 10** CUCINA
Morsi d'arte
- 12** FORMAZIONE, ISTRUZIONE, EDUCAZIONE
Cake lovers
- 14** NATURA
Doux parfum
- 16** SPAZIO ARTE
Sugar Art
- 22** FAMIGLIA
Sweet memories
- 25** FOCUS - GIOCHI DA TAVOLO
Il lato dolce del giocare
- 26** FOCUS - CINEMA
Chocolate mood
- 28** UNO SGUARDO AL TERRITORIO
Ghiottonerie in vetrina
- 30** SALUTE
W le torte casalinghe
- 32** ANIMALI
Dolce piccino!
- 34** SPORT
Paris-Brest, molto più di una gara

VARESE MESE

MENSILE D'INFORMAZIONE DELLA PROVINCIA DI VARESE E DELL'ALTO MILANESE
FONDATA NEL 1983 DA GIORGIO PICCAIA E MELANIA ROCCA

Registrazione Tribunale di Busto Arsizio
N° 4/83 del 19 aprile 1983
Free Press

Direttore responsabile
Chiara Lucia Milani

Direzione, redazione, amministrazione
Via delle Industrie snc
21040 Gornate Olona (VA)
redazione@varesemese.it
amministrazione.wtv@gmail.com

www.varesemese.it

Stampa
Bitprint s.r.l.
con sede in Montalto Uffugo Scalo (CS),
Contrada Pantoni - Marinella
iscritta presso la C.C.I.A.A. di Cosenza
al n. REA CS-220552 Registro imprese
P.IVA - 03234910788

Gestione pubblicitaria
Wtv S.r.l.
Via delle Industrie snc
21040 Gornate Olona (VA)
commerciale@varesemese.it

Segreteria commerciale
commerciale@varesemese.it

Poste Italiane s.p.a.
Spedizione in Abbonamento Postale
70% - LO/VA



Sweet table

Ripartiamo in dolcezza

Tra tante amarezze, abbiamo deciso di guardare il lato più dolce della vita: che spazia dai *dessert* veri e propri - quelli della tradizione, così come i più innovativi - all'arte in senso lato, dalla solidarietà che addolcisce la cronaca ai momenti che rappresentano la torta nel nostro menu quotidiano. Per vivere con gusto, senza dimenticare la salute



> Chiara L. Milani - Direttore responsabile

L'ha detto il presidente di Regione Lombardia, Attilio Fontana, accendendo per la prima volta il secolare falò propiziatorio della *Giöbia* a Busto Arsizio: "Il segnale di rinascita di cui abbiamo bisogno? Dobbiamo smetterla di essere negativi, guardiamo un po' al futuro con ottimismo". Ebbene, questa è da tempo la linea editoriale di *VareseMese*.

Con un poco di zucchero...

Motivo per cui, anche in questo primo numero del 2024 (dopo l'edizione unica di dicembre-gennaio), abbiamo deciso di regalarvi un'iniezione di positività con una carica zuccherina per ripartire di slancio e superare le amarezze.

Dolci specialità

Lo abbiamo fatto affidandoci alle abili mani di Maestri pasticceri del territorio, che come leggerete hanno anche un buon cuore. E lo abbiamo fatto ricordando le specialità locali, dal cammellino dell'Epifania alle Mele proprio della *Giöbia*, per non parlare degli amaretti di Saronno piuttosto che di Gallarate e non solo.

Oltre il dessert

Ma c'è di più. Perché in tema di dolcezza spaziamo dalla *sugar art* ai film cioccolatosi, dai giochi con le mani in pasta agli eventi più che prendono tutti per la gola, anche da queste parti... Fino ai fiori edibili tanto amati dai *cake designer* e al *Paris-Brest*, prodotto da forno francese che non a caso ricorda una ruota di bicicletta.

Gola&Salute, binomio possibile

Senza dimenticare, tra così tanto zucchero, la salute. E qui abbiamo un'altra buona notizia. Perché i dolci non vanno messi al bando: soltanto dosati con intelligenza. Parola di dietista clinica. Volete sapere come concedervi senza sensi di colpa? Non vi resta che godervi lo *sweet table* che abbiamo imbandito per voi...

SEGUICI!



Seguici!  

Scarica l'APP





> Chiara Milani > chiara.milani@varesemese.it

SORRISO GENUINO

Tra gli Ambasciatori pasticceri dell'eccellenza italiana che affiancano il Maestro Iginio Massari, Denis Buosi è stato tra i finalisti al concorso per il miglior panettone al mondo e ora progetta di aggiungere la parte "cioccolatosa" alla sua gelateria sociale

GUARDA
L'INTERVISTA



Ambasciatore dell'eccellenza italiana

Denis Buosi da Tradate, pasticciere pluripremiato

Padre di tante dolci creazioni, ma anche tra i protagonisti di storie di solidarietà che addolciscono la vita

Il suo panettone è appena stato tra i **30 finalisti** del concorso per i più buoni al mondo. **Denis Buosi**, tradatese, classe **1965**, ha il sorriso genuino di chi fin da piccolo mette le mani in pasta.

Tra il **Maestro Massari e Papa Francesco** Premiato da **Iginio Massari** come uno dei migliori colleghi al mondo, fa parte dell'associazione creata da Maestro di questa dolcissima arte: **Ambasciatori pasticceri dell'eccellenza italiana**. Con la giacca dell'**Apei**, in occasione della **Giornata mondiale della povertà** è stato anche a servire agli ultimi i dolci in **Vaticano**, dove ha incontrato **Papa Francesco**.

Il segreto di uno dei migliori panettoni al mondo

Quando parla della pasta madre del suo panettone, lo fa con la stessa cura di un padre: "Un po' come tutti i prodotti, ha bisogno di tanta cura, tanta passione e tanto amore. Sembrano delle parole banali, scontate, ma sono fondamentali perché comunque anche la gestione del lievito naturale, che è l'ingrediente principale di un buon panettone e che nel nostro caso ha **più di 40 anni**, deve essere fatta in maniera maniacale, deve essere fatto con precisione, misurando l'acidità, perché è quello che fa la differenza nel momento della lievitazione, che dura anche **per 3 giorni**". Si tratta, infatti, di "un lievito vivo, che ha bisogno di essere curato e accudito come tante volte si fa con i bambini e quindi va rinfrescato, gli va dato come diciamo noi da mangiare, perché gli diamo della farina, poi viene fatto un rinfresco insomma, non è che puoi farlo domani perché non hai voglia di farlo oggi", prosegue il pasticciere con gli occhi che luccicano e la generosità dei Maestri nel citare il nome della collaboratrice che si occupa in sua vece di queste operazioni: "**Elena Pisoni**, bravissima".

Dolcezza non solo al palato

Ma non è tutto. Perché Buosi, che di dolcezza appunto se ne intende, **lo scorso aprile** ha inaugurato una gelateria sociale, che coinvolge due realtà del territorio che danno lavoro a persone con disabilità e a donne vittime di violenza. E ora il pasticciere annuncia: "L'intenzione è di renderla cioccolateria, per dare lavoro a queste persone tutto l'anno". Una notizia dolcissima, in tutti i sensi.



> A sinistra, Denis Buosi in mezzo ai suoi figli maggiori

"Il lievito madre ha bisogno di essere accudito come un bambino"

DOPPIA DOLCEZZA

Distruggere per ricostruire

Anche se il caso del pandoro Balocco "griffato" Ferragni ha lasciato l'amaro in bocca, pasticceria e impegno sociale sono comunque un connubio che delizia palato e anima. Ne è un esempio Fabio Longhin, a cui il *Gambero Rosso* ha conferito 2 Torte, attivo a Olgiate Olona

> Chiara Milani
> chiara.milani@varesemese.it

Dolci *pop*. E persino *punk*. Da "attivisti". In cui arte pasticceria e impegno sociale si fondono. Deliziando il palato e l'anima. E' il "marchio di fabbrica" di Fabio Longhin, pasticcere di Olgiate Olona che vanta 2 Torte del *Gambero Rosso*. E numerose "connessioni", per usare una parola che ama particolarmente, con buone cause: dal mondo del volontariato all'attenzione all'ambiente, alle materie prime, alle diverse culture.

Un dolce "attivista"

Così, se il caso del pandoro Balocco "griffato" Ferragni ha lasciato l'amaro in bocca, la storia delle creazioni di Longhin è "zuccherosa" anche quando è racchiusa in un guscio di cioccolato fondente. Esempio emblematico, il dolce *Destroy (Distruggere)*, presentato nel 2023 con una serata dell'organizzazione di volontariato bustocca *Mai Paura*, di cui il pasticcere olgiatese è parte attiva. "E' un dolce un po' *punk*, che nasce dopo che l'anno scorso è morta *Vivienne Westwood*, una mia grande diva. Quindi da lì, da quell'attivismo che arriva fino ai giorni nostri, abbiamo voluto trasportare quest'idea di attivismo che nasce proprio da un'esigenza di creazione di un prodotto totalmente diverso", spiega Longhin durante la maratona *Tv Epifania Insieme* su *Rete55*. "E' un prodotto che vuole distruggere per ricostruire, a partire dal servizio stesso, che non prevede più la fetta di torta tagliata e messa sul piattino con l'ansia. Si tratta infatti di un dolce conviviale, fondamentalmente un po' atavico, un po' primitivo".

Quell'emozione da bambini

Come ciò accada è presto detto: "Lasciamo che il commensale prenda le briciole di questo dolce e lo porti a sé. La cosa bella è che è vedere proprio le persone come

lo distruggono in modo diverso, in modo molto emotivo e personale, tirando fuori quell'emozione che è da bambini, quindi ricreando quell'elemento infantile dentro di noi nel distruggere il dolce per poi prenderlo e mangiarlo". Mentre parla, vengono la mente i pugni sferrati all'uovo di Pasqua da piccoli. Ed è subito festa.

Cucchiaino, martello e sfera

In questo caso, però, non è obbligatorio distruggere il guscio di cioccolato con le mani. "Abbiamo messo innanzitutto un cucchiaino, ok? E il cucchiaino l'abbiamo utilizzato solo con una scritta, *preconcelto*, perché nella distruzione lo usiamo in tal modo, ma dotiamo il consumatore di un martello e una sfera". Quindi, le persone lanciano questa sfera dall'alto sul dolce per distruggerlo e poi continuano col martello.

La materia prima, un messaggio sociale

Ma assaggiare *Destroy* è un modo di "distruggere per ricostruire" anche dal punto di vista degli elementi che lo compongono. E che Longhin descrive con un trasporto emozionante da ascoltare, perché è chiaro che parli di idee che vanno "oltre" un dolce qualsiasi, per quanto possa essere buono. "E' una camicia di cioccolato fatta con una stampa 3D. Un involucro che però, all'interno, è un progetto che nasce nel 2006, visto che abbiamo un *sablè* pressato, fatto con la farina del nostro campo, che per me è l'essenza e la rappresentazione del dolce, perché appunto distruggiamo per ricostruire". Questa pasta infatti ha una storia complessa e affascinante. "Ringraziamo il professor Ceccarelli dell'Università di Bologna per la sua ricerca, per la quale è stato ad Aleppo, dove ha raccolto circa 2000 varietà di semi che, entrano in contatto col suolo siciliano grazie al nostro custode, Giuseppe

GUARDA LA
TRASMISSIONE



Li Rosi, e il nostro mugnaio, che è la farina Petra", incalza il pasticcere olgiatese, con gli occhi che brillano al pensiero del suo progetto: "Si tratta dunque di una storia di immigrazione e integrazione, che diventa sociale perché parla proprio di persone. E da lì nasce questo campo con una biodiversità molto particolare, con un raccolto che cresce su diverse altezze e quindi con la spiga piccola che protegge quella grande, quella grande che protegge quella piccola e diventa un popolo di semi evolutivo". Di qui una farina e, di conseguenza, un dolce che vuole dunque essere un messaggio sociale a partire dalla materia prima.

Senza preconcetti

"Con Destroy noi vogliamo distruggere tutto ciò che rappresenta un preconcetto e un pregiudizio e con Mai paura abbiamo sempre lavorato unendo quelle che sono le varie abilità delle persone, senza considerare un ragazzo che ha una disabilità come un poverino, perché non lo è. Tutti noi, infatti, abbiamo abilità e disabilità e noi cerchiamo di enfatizzare le prime". Ecco perché, alla parola "inclusione", Longhin preferisce "connessione", nella ricerca per sfomare nuove prelibatezze così come nel mondo del volontariato: "Connettere mondi diversi a noi piace molto, perché ci arricchiscono e ci fanno crescere sempre di più". Ecco perché Destroy è un elemento importante di distruzione dei pregiudizi per cercare di costruire un mondo migliore.

Oltre l'armonia di sapori

Se vi capita di assaggiarlo, dunque, non pensate che sia "soltanto" un dessert: divertetevi a romperlo e a gustarlo come meglio credete, assaporandone tutta la dolcezza. Che va ben oltre l'armonia di sapori che sprigiona al palato.



> Fabio Longhin



> I maritozzi d'autore
firmati dal Maestro Iginio Massari

MORSI D'ARTE

Viaggio nell'affascinante storia della pasticceria, dai tempi antichi a quelli contemporanei, alla scoperta del ruolo cruciale che l'Italia ha avuto nel Rinascimento e che ancora detiene grazie a Maestri del calibro di Iginio Massari



Dalla torta di mele della nonna ai *cupcakes* d'importazione anglosassone fino ai più arditi accostamenti per le papille gustative: l'arte pasticciera vanta non soltanto una grande varietà di proposte, ma anche una storia ricca e affascinante che si sviluppa nel corso dei secoli, trasformandosi da semplici preparazioni dolci a vere e proprie opere d'arte. Le sue origini affondano nella cultura antica, dove il miele e altri dolcificanti naturali erano i principali ingredienti utilizzati per addolcire i cibi.

Dall'Egitto all'Europa

Nell'antico **Egitto**, i pasticceri erano considerati degli artisti, creando dolci elaborati per celebrazioni e cerimonie. La diffusione delle tecniche pasticciere si è poi propagata attraverso il **Mediterraneo**, influenzando la pasticceria greca e romana. Con l'avvento delle crociate nel **Medioevo**, molte ricette e tecniche pasticciere orientali furono poi introdotte in **Europa**, arricchendo ulteriormente il panorama dolciario.

Il punto di svolta

Il **Rinascimento** italiano ha segnato un punto di svolta nell'arte pasticciera, con la scoperta di nuovi ingredienti come il cioccolato e l'uso raffinato dello zucchero. Le corti aristocratiche del **XVI secolo**

“Nel XVI secolo, dolci complessi e ornati divennero simbolo di status sociale”

hanno visto la nascita di pasticceri di corte, capaci di creare dolci complessi e ornati che divennero simbolo di status sociale.

La diffusione della *haute patisserie*

Nel corso dei secoli successivi, la pasticceria ha continuato a evolversi, adattandosi ai cambiamenti nei gusti e nelle tendenze culturali. Il **XIX secolo** ha visto la diffusione della pasticceria francese, con il crescente prestigio della *haute patisserie*. Grandi maestri pasticceri come **Antonin Carême** hanno creato opere d'arte commestibili per soddisfare i palati raffinati delle classi aristocratiche.

La rivoluzione tecnologica

Il **XX secolo** ha portato innovazioni tecnologiche che hanno rivoluzionato la pasticceria. La produzione su larga scala ha reso i dolci accessibili a un pubblico più ampio, ma allo stesso tempo ha portato a una rinascita della pasticceria artigianale. *Chef* rinomati come **Gaston Lenôtre** e **Pierre Hermé** hanno contribuito a ridefinire la pasticceria moderna, introducendo nuove tecniche e combinazioni di sapori audaci.

Tra estetica e innovazione

Negli ultimi decenni, l'arte pasticciera - la cui eccellenza italiana è rappresentata nel mondo dal Maestro **Iginio Massari**, **82enne** bresciano, già nominato *Miglior pasticciere al mondo* - ha raggiunto livelli di creatività straordinari, con *chef* di fama internazionale che trasformano dolci in opere d'arte contemporanea. La presentazione estetica e l'uso innovativo degli ingredienti sono diventati centrali, spingendo i limiti della tradizione e creando esperienze gastronomiche uniche.

Delizia dei sensi

Dalle sue umili origini, l'arte pasticciera ha dunque subito una trasformazione straordinaria nel corso dei secoli. Da antiche ricette di miele a elaborati capolavori contemporanei, la sua "essenza" però non cambia: la pasticceria continua a deliziare i sensi e a celebrare la creatività umana... ad ogni morso.



> Il progetto bustocco Moai Paura

CAKE LOVERS

Boom di lezioni per
gli amanti dei dolci

> A cura della redazione > redazionevaresemese.it

Le scuole di pasticceria, i corsi di persona e *online*, insieme al successo di *food blogger* e *pastry influencer*, coi tutorial di YouTube, convergono per creare un panorama diversificato e accessibile per gli amanti della pasticceria





Sarà la moda del *cake design* scoppiata in Italia una decina di anni fa, saranno le trasmissioni Tv come *Bake Off* o ancora i *pastry influencer*, ma le scuole di pasticceria hanno acquisito una crescente popolarità. Offrendo corsi sia di persona sia *online* per soddisfare l'entusiasmo sempre crescente per la creazione di dolci prelibatezze. Il tutto guidando gli aspiranti pasticceri attraverso le tecniche di base e avanzate.

Esperienza pratica

I corsi di persona offrono un'esperienza pratica, consentendo agli studenti di lavorare direttamente con ingredienti e attrezzature. I maestri pasticceri professionisti condividono i loro segreti e trucchi, creando un apprendimento immersivo che va oltre la teoria. Questi corsi spesso includono lezioni sulla decorazione di torte, la creazione di cioccolatini e la produzione di pasticcini, fornendo una base solida per coloro che cercano di intraprendere una carriera nella pasticceria.

Studi "flessibili"

D'altra parte, i corsi *online* hanno reso l'apprendimento accessibile a un pubblico più ampio. Attraverso piattaforme digitali, gli appassionati di pasticceria possono accedere a lezioni video, documenti didattici e risorse interattive. Questa flessibilità consente agli studenti di imparare a proprio ritmo, adattando gli studi alla propria agenda.

Una rete globale di appassionati

Anche per chi non vuole diventare un *pastry chef*, del resto, il fenomeno dei *food blogger* ha contribuito enormemente alla popolarità pure della pasticceria fatta in casa. Questi creatori di contenuti condividono le loro esperienze, ricette personalizzate e suggerimenti pratici, ispirando migliaia di seguaci a cimentarsi nella preparazione dei dolci. Il loro impatto si riflette nell'esplosione di *tutorial* di pasticceria su *YouTube*, dove le guide dettagliate accompagnano gli appassionati passo dopo passo attraverso la realizzazione di torte elaborate, biscotti deliziosi e altre prelibatezze zuccherose. Questo strumento rappresenta un modo accessibile e coinvolgente per imparare la pasticceria. Dai principianti agli esperti, chiunque può trovare video adatti al proprio livello di abilità. La comunità *online* che si è formata attorno a queste risorse, con innumerevoli gruppi sui *social*, offre supporto e ispirazione creando una rete

globale di appassionati di pasticceria.

Un'arte più "democratizzata"

Si può dire, in un certo senso, che tale varietà di risorse abbia contribuito a "democratizzare" l'arte della pasticceria, consentendo a chiunque di esplorare e perfezionare le proprie abilità nel mondo del dolce.

Retrogusto amaro

Quando dalla semplice passione si passa però a voler fare della pasticceria il proprio mestiere, frequentando una scuola professionale, si devono però mettere anche in conto molteplici sacrifici, come magari il lavoro nei giorni che per gli altri sono di festa o le sveglie quotidiane prima dell'alba per preparare le *brioche* da servire ai clienti a colazione col cappuccino. Così, per qualche studente partito con tanto entusiasmo ma senza tener conto della reale vita dei pasticceri, capita che il retrogusto dello sfornare dei dolci sia un po' amaro.

"L'arte della pasticceria si è democratizzata"



DOUX **PARFUM**

Dai poeti ai pasticceri, dolci profumi e sapori dei fiori sono da sempre fonte d'ispirazione per gli artisti, oltre che di benessere per tutte le persone



> *Marco D. Introini*

> *redazione@varesemese.it*

Il dolce profumo di fiori, come la rosa e il gelsomino, ha ispirato scrittori come **Pascoli** e **Borges**, che hanno dedicato i loro pregiati versi a esaltarne le virtù.

Piacevole appeal

Su di noi queste fragranze hanno sempre un piacevole *appeal*, crea una connessione con l'ambiente circostante se ci troviamo immersi nella natura, stimola la fantasia, può influenzare l'umore e le emozioni.

Gioia e benessere

Se poi è associato a un'esperienza positiva, questo profumo può contribuire a dare una sensazione di gioia e benessere o anche di *relax* contribuendo a ridurre lo stress e l'ansia. Non dimentichiamo poi che il profumo floreale può essere anche uno strumento di attrazione e seduzione, l'esposizione a profumi piacevoli può contribuire al nostro benessere psicologico. E può addirittura essere parte integrante di pratiche di aromaterapia mirate a migliorare la qualità della vita.

Irresistibile richiamo per gli impollinatori

Ma vi siete mai domandati a cosa serve tanta dolcezza? L'odore piacevole dei fiori serve a comunicare la presenza del nettare o dei semi, incoraggiando gli impollinatori come api, farfalle o uccelli a visitare i fiori e facilitare il processo di impollinazione. Il loro profumo può variare durante diverse fasi della giornata. Alcuni fiori, ad esempio, emanano quello più intenso di notte per attirare gli impollinatori notturni.

"I petali emanano fragranze preziose"

Ingrediente chiave della profumeria

Di certo, stiamo parlando di un ingrediente chiave nell'industria della profumeria. Molte fragranze sono create combinando oli essenziali estratti dai fiori con altri prodotti.

Antistress naturale

Si tratta quindi di un aspetto affascinante della natura che va oltre la sua funzione biologica e si collega direttamente alle nostre esperienze sensoriali e emotive, numerose ricerche hanno dimostrato che le note floreali dei profumi possono influenzare positivamente l'umore e ridurre lo stress. Pensate ora quanti aspetti positivi si trovano nel tenere in casa un bel mazzo di fiori, oltre a rendere più gradevole l'estetica dei nostri ambienti e a tenerci in più stretta connessione con la natura.

Il dolce sapore della natura

Riflettendo su un uso diverso dei fiori un po' meno scenografico, ma sicuramente interessante, possiamo utilizzarli in cucina, per esempio. Così li valuteremo per il loro sapore. Vi sarà sicuramente capitato di sentire parlare di risotto alle rose o alle viole, di misticanza di rucola e calendula, di bevande al sambuco o al rosolio e di frittelle di fiori di robinia, popolari soprattutto un tempo in primavera nel **Basso Varesotto**. Sono piatti e bevande inusuali, ma non per questo meno interessanti. Bisogna però prestare alcune importanti attenzioni all'uso dei fiori in cucina; innanzitutto non tutti sono edibili, quindi è importante sapere cosa ci apprestiamo a consumare: i fiori non devono essere stati trattati con composti chimici o fitosanitari, per cui in generale mai utilizzare quelli comperati, se si utilizzano quelli del giardino bisogna essere completamente certi che non abbiano mai subito trattamenti di nessun genere. Attenzione poi alle allergie, perché potrebbero svilupparsi reazioni impreviste, dato che sono alimenti mai consumati prima. Ovvio e scontato poi che prima di essere utilizzati vadano lavati con cura.

Belli e buoni

Se rispettiamo queste poche e semplici regole, possiamo poi utilizzarli come più ci piace, selezionandoli per profumo, colore o sapore: possiamo farci delle insalate, decorare piatti o dolci, aromatizzare liquori, oli e aceti, o addirittura cristallizzarli con zucchero e albume d'uovo. Oppure usarli per abbellire una torta nuziale. Nulla può fermare la nostra fantasia, la natura ci mette a disposizione tutto: sta a noi scegliere.



SUGAR ART

La dolcezza nell'arte



Da sinistra, Mary Cicciolo ideatrice della rassegna. Al centro, Paola Gribaudo, Presidente dell'Accademia Albertina. A destra, Nuni Cicciolo, curatrice della mostra

Creazioni... da provare

Nuovi linguaggi espressivi

Sono sempre di più numerosi i pasticceri che si ispirano al mondo della pittura, della scultura, alle arti visive: un successo di pubblico e critica destinato a "lievitare"

Sempre più spesso si sente parlare di eventi e mostre dove l'arte incontra e si fonde con il cibo, situazioni dove stendere i colori e combinare i sapori diventa un trionfo di sensazioni. Opere d'arte straordinarie da vedere e irresistibili all'assaggio, soprattutto quando ci si trova davanti a dipinti o sculture realizzati da artisti pasticceri.

Contaminazioni positive

Una forma espressiva che nel corso degli ultimi anni, ha raggiunto alti livelli e riconoscimenti. Sono infatti sempre di più numerosi i pasticceri che si ispirano al mondo della pittura, della scultura, alle arti visive, che applicano poi alle proprie creazioni: si tratta di artisti o forse meglio definirli alchimisti, capaci di trasformare uova, farina e zucchero in capolavori.

Zucchero da... Biennale

Tra questi nuovi linguaggi espressivi, la **Sugar Art** che vede protagonista lo zucchero lavorato e modellato, diventare una scultura o un dipinto di frolla decorato con ghiaccia.

Questo genere di creazioni è conosciuto in tutto il mondo attraverso esponenti di livello. Alcuni di loro sono arrivati anche in **Italia** in occasione della **prima Biennale di genere** presentata a **Torino lo scorso novembre nelle sale dell'Accademia Albertina**. Ideatrice della rassegna **Mary Cociolo**, coadiuvata dalla sorella **Nuni**, curatrice della mostra che ha presentato **oltre 80 opere di artisti internazionali**. Un numero destinato a "lievitare" in considerazione all'interesse che si è creato attorno a questo genere di arte: un successo di pubblico e di critica che ha ripagato le fatiche e l'impegno delle organizzatrici, che già pensano alla **seconda edizione** della manifestazione in programma **nel 2025**.

Sugar Artist si diventa

Occorre padronanza nella modellazione e decorazione. Tecniche che si possono perfezionare attraverso appositi laboratori. E' una forma d'arte che stupisce e affascina, originale e gustosa dove i pennelli lasciano il posto alla *sac à poche* per dar vita a creazioni uniche: da vedere... e provare!



> Elisabetta Farioli
> redazione@varesemese.it

*"Sapori&Colori,
trionfo di
sensazioni"*



BUSTO ARSIZIO ☀️ 20°

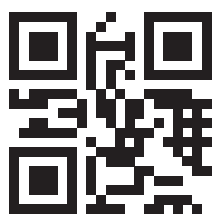
A CHIARA VIALE IL PREMIO PARI OPPORTUNITÀ



L'Ordine degli Avvocati ha assegnato a Chiara Viale il Premio Pari Opportunità 2023

PONTIDA FRENI SU SUPERBONUS: "UNA DANNOSA ABBUFFATA"

11:14 CROLLO TERMICO: COSA SUCCEDDE ENTRO IL WEEKEND BRINDISI, INCENDIO



A middle-aged man with a beard and receding hairline is the central figure. He is wearing a light blue button-down shirt under a dark blue and white vertically striped blazer. He is holding a pair of black-rimmed glasses in his hands. He is standing in a room with a light-colored wall and a wooden floor. To his left, there is a small potted plant with green leaves and white flowers. A white speech bubble with a black border is positioned in the upper right corner of the image, containing text.

**L'INFORMAZIONE
COMODA!**

TUTTE
LE NEWS
NAZIONALI E LOCALI

DALLA
POLTRONA DI CASA

SENZA INTERNET
SENZA GIORNALI



TOUR GOLOSI

Che cosa succede quando un viaggio si sposa con la passione per la gastronomia e la dolcezza? Nasce una ghiotta avventura, un percorso attraverso le mete turistiche più saporite. Un viaggio che coinvolge i sensi, accendendo il desiderio di scoprire nuovi sapori e tradizioni culinarie uniche. Ce ne parla Niccolò Comerio, neo direttore del *Responsible Tourism Lab* di Liuc-Università Cattaneo di Castellanza





> A sinistra, un Bacio di Alassio, celebre cittadina turistica ligure che fa parte del Club delle Città del Cioccolato

Nonostante un **2023** in chiaroscuro per il settore, il nostro Paese è balzato in cima alla classifica come **leader mondiale** del turismo enogastronomico, confermando la sua celebrità nel mondo non soltanto per l'arte e la cultura, ma anche per la straordinaria tradizione culinaria. Secondo una recente analisi condotta da **Coldiretti** e presentata alla **Borsa Internazionale del Turismo (Bit) 2023** di Milano, infatti, la voce principale del *budget* della vacanza in Italia è il cibo: oltre **un terzo della spesa** viene **destinato alla tavola**, per consumare pasti in ristoranti, pizzerie, trattorie o agriturismi, ma anche in *street food* e *souvenir* enogastronomici in mercati, feste e sagre. Una nicchia ancora poco valorizzata ed esplorata del turismo enogastronomico è rappresentata dall'offerta dolciaria: **dal Nord al Sud** alle isole, dal mare alla montagna, **dall'antica Grecia al Medioevo fino alla società contemporanea**, sono tante le influenze che hanno portato ai grandi dolci che gustiamo oggi.

Itinerari "cioccolatosi"

Una dei festival dolci più famosi e rinomati d'Italia è certamente **Eurochocolate**, la più grande manifestazione che il nostro Paese dedica al cioccolato e che si tiene dal "lontano" **1994** nella città di **Perugia**. L'edizione **2023**, che ha rivisto in chiave "cioccolatosi" la famosa formula di **Einstein $E=mc^2$** (in *Eurochocolate* = molto cioccolato), ha registrato la partecipazione record di circa **13 mila visitatori**, mentre la quantità di cioccolato omaggiata si è attestata su **1,2 tonnellate**. Del resto, nel **Belpaese** esiste addirittura il **Club delle Città del Cioccolato**, nominate

La cultura dolciaria italiana è servita

Sempre l'**Umbria** è famosa per un altro rinomato festival: **Dolci d'Italia**. Organizzato per la prima volta da **Epta Confcommercio** nel **2019**, l'evento si prefigge l'obiettivo di far conoscere ai visitatori l'immenso patrimonio immateriale legato alla cultura dolciaria italiana, il tutto all'interno del contesto paesaggistico e architettonico che la città di **Spoletto** è in grado di offrire. Grazie alle quattro aree tematiche della *kermesse* (*Taste, Lab, Exhibition ed Entertainment*) è possibile assaporare e acquistare i migliori prodotti dolciari della nostra penisola, oltre a cimentarsi come pasticceri grazie ai laboratori dedicati ai bambini e agli spazi di apprendimento pensati per gli adulti.

E in Lombardia?

La nostra regione si candida ad essere in prima linea nella nicchia di mercato del turismo "dolce". Ad esempio, nel mese di **ottobre** si tiene a **Mantova** lo **Sbrisolona Festival**, un evento d'importanza ormai nazionale, incentrato proprio sulla famosa torta locale, senza trascurare tutti gli altri dolci tipici della tradizione mantovana. Geograficamente poco distante, non possiamo non menzionare la **Festa del Torrone** di **Cremona**, che ogni **novembre** rappresenta un tradizionale appuntamento per la città dei liutai, con l'obiettivo di mettere in risalto una delle eccellenze gastronomiche più pregiate **della Lombardia e del nostro Paese**. Senza dimenticare, ovviamente, sua maestà il panettone, nato a **Milano** e considerato in **tutt'Italia** il simbolo del **Natale**, oltre che l'emblema della città stessa.

"Italia, leader mondiale dell'enogastronomia con una dolce nicchia"

da **Chococlub**, l'associazione italiana che, **dal 1998**, raggruppa gli amatori di questa prelibatezza. Inoltre, **da un capo all'altro della nostra penisola**, il territorio è costellato di fiere dedicate al **Cibo degli Dei** e il **Varesotto** non fa eccezione. Nel **mezzo di marzo dello scorso anno**, infatti, la città di **Gallarate** ha ospitato la prima edizione di **Chocomoments**, con diverse iniziative dedicate a grandi e piccini tra laboratori didattici, degustazioni e *cooking show*.

La strada per il successo

Per cogliere appieno le potenzialità economiche di tali eventi, diventa necessario predisporre dei piani di promozione che riescano a coordinare tutte le iniziative e coinvolgano appieno il turista, valorizzando l'offerta dolciaria e generando delle solide esperienze fisiche, mentali ed emotive per i viaggiatori... la celebre ciliegina sulla torta.

SWEET MEMORIES

In famiglia
e con gli amici

> A cura della redazione

> redazione@varesemese.it

Esplorando il dolce mondo dei divertimenti per bambini che coinvolgono grandi e piccini: dalla cucina giocattolo, al *Dolce Forno*, fino al gioco da tavolo ispirato a *MasterChef*, senza dimenticare paste modellabili, *kit* da cuoco e laboratori di biscotti

I giochi legati al mondo dolce hanno sempre affascinato l'immaginazione dei bambini, regalando loro la possibilità di esplorare il magico universo della cucina giocattolo. Dalle "inossidabili" *toy kitchen* alle sfide culinarie alla **MasterChef** di oggi, il viaggio attraverso il tempo di questi giochi porta con sé dolci ricordi e nuove esperienze. Da condividere in famiglia.

La cucina, un gioco intramontabile

Ricordiamo in molti con nostalgia la mini cucina che usavamo da piccoli, un giocattolo intramontabile che ha deliziato generazioni di bambini e che continua a essere presente anche nelle scuole dell'infanzia. Con piccoli stampi per dolcetti e accessori colorati, i piccoli chef possono ancor oggi creare prelibatezze immaginarie per famiglia e amici. Il suono del *timer* e il profumo delle leccornie finte fanno sognare avventure dolci in cucina.

L'indimenticabile *Dolce Forno*

E dagli anni Sessanta ai Novanta del secolo scorso, c'era anche il *Dolce Forno*, un fornello addirittura funzionante che, con le sue lampadine a incandescenza, faceva di ogni bambina una piccola cuoca e di ogni parente un povero assaggiatore d'improbabili dolcetti. Oggi fuori produzione, è stato seguito da altre proposte

Il risveglio dei *MasterChef*

Con l'avanzare del tempo, i passatempi per bambini ispirati alla cucina hanno subito un'evoluzione, coinvolgendo anche il mondo degli adulti. Oggi, il gioco da tavolo *MasterChef* - ispirato al celebre programma televisivo - è diventato un classico intramontabile per serate in famiglia e con gli amici.

Kit da cucina

Inoltre, *kit* completi con utensili da cucina realistici, grembiulini e ingredienti giocattolo permettono ai giovani cuochi di sperimentare in cucina in modo sicuro. Un'opportunità per imparare le basi della preparazione del cibo, sviluppando al contempo abilità motorie e creatività.

Mani in pasta

Proprio per questo, di recente si sono anche moltiplicati i laboratori che - soprattutto in occasioni come *Halloween*, Natale, San Valentino e Carnevale - insegnano ai bambini a fare i biscotti, con mattarello e formine, sotto la supervisione di educatori e genitori.

Il gusto dell'apprendimento

Oltre al puro divertimento, questi giochi dolci hanno infatti un lato educativo. Insegnano ai bambini le basi della cucina, promuovendo la coordinazione occhio-mano e la comprensione dei processi culinari. I *MasterChef* in erba non soltanto

"Oltre al divertimento, mettere le mani in pasta ha un lato educativo"

"zuccherose" per i più piccoli, come *Cioccomania*, all'insegna del connubio pasticceria e scienza.

Paste modellabili: dalle forme ai sapori

E poi le paste modellabili, un materiale versatile consente ai piccoli di dare forma a dolci fantasiosi, replicando torte, biscotti e altre ghiottonerie iconiche, come *donuts* e *cupcakes*. La creatività corre libera mentre le mani dei bambini modellano il proprio universo dolce, aprendo la strada a divertenti creazioni e immaginifici banchetti.

si divertono, ma apprendono le proporzioni, la sequenza delle operazioni e il valore di condividere i risultati delle proprie creazioni con gli altri.

Profumo d'infanzia

Indipendentemente dalla generazione, dunque, questi giochi continuano a regalare momenti di gioia, apprendimento e fantasiosa esplorazione culinaria. La dolcezza di questi ricordi persiste, contribuendo a formare non solo abili piccoli Maestri pasticceri, ma anche indimenticabili ricordi di infanzia.



Miosotis Transport

di Mauri Giuseppe & C. snc

**LOGISTICA
TRASPORTI ITALIA E ESTERO
ECCEZIONALI - INDUSTRIALI
DEPOSITI E DISTRIBUZIONI
CENTINATI - NORMALI E RIBASSATI
SPONDE CARICATRICI
NOLEGGIO AUTOGRU E CARRELLI ELEVATORI**

Sede operativa:
Via Bozza dei Salici, 3
21019 SOMMA LOMBARDO (VA)
Tel. 0331 259 686 - Fax 0331 252 623
miosotis.transport@libero.it

Sede legale:
Via Valmirolo, 9
21019 SOMMA LOMBARDO (VA)



FRANCO MONTALTO
RESTAURI D'ARTE ANTICA
BUSTO ARSIZIO

**RESTAURI D'ARTE ANTICA
MOBILI
TAPPETI
DIPINTI
OGGETTI D'ARTE
DORATURE**

*Consulente del Tribunale
di Busto Arsizio*

**Franco Montalto - Restauri D'Arte Antica
Via Palestro, 14/A - 21052, Busto Arsizio (VA)
+39 0331 632342**



Il lato dolce del giocare

La torta nel menu delle attività quotidiane

Luca Borsa, *game designer* bustocco presidente dell'Associazione degli autori di giochi Saz Italia, ci ricorda perché i *board games* sono un'attività dal retrogusto "zuccheroso"

Una delle prerogative di quando si gioca, soprattutto con i giochi da tavolo, è lo stare insieme, il condividere un'esperienza, che spesso suscita emozioni. Ad esempio, guardare dei bambini che giocano e si divertono ci dà un senso di pace, tranquillità, tenerezza e anche dolcezza. Quindi giocare è una attività dolce? Sì, potrebbe essere una bella metafora il gioco, è la torta nel menu delle nostre attività quotidiane. E qualcosa che se decidiamo di non mangiare potrebbe rendere meno "dolce" la nostra vita, proprio come il non giocare.

Mix appetitoso

Tra l'altro, creare giochi da tavolo è un po' come ideare una ricetta, in cui gli ingredienti sono pedine, carte, dadi, tessere che, mixati tutte le volte in modo differente, creeranno esperienze di gioco diverse. Il mondo del gioco da tavolo è pieno di giochi a tema cibo: da quelli per bambini ai *party game* fino a giochi per giocatori esperti o in questo caso più "affamati". Per non parlare dei giocattoli: chi non si ricorda il *Dolce Forno* diventato un'icona degli anni Ottanta, che permetteva a ogni bambino di diventare un pasticciere? Sarebbe perfetto anche oggi, viste le innumerevoli trasmissioni televisive sul cibo. Non ultima *Master Chef* che ha proprio visto anche la sua trasposizione in gioco da tavolo qualche anno fa: una scatola con tante carte-ingredienti per realizzare le ricette più accattivanti e all'interno anche un cappello da *chef*.

Dal gelato alla pizza, fino al sushi

Per tornare ai giochi da tavolo, ogni cibo è un'occasione per farci un gioco dal **GOGOGelato** di **Roberto Fraga**, un affermato autore francese che ci regala un gioco di abilità logica e colpo d'occhio, alle pizze di *Mamma Mia* di uno dei più prestigiosi autori tedeschi, **Uwe Rosenberg**, che con solo un mazzo di carte ci stupisce con un gioco di memoria e strategia che diverte e vende dal 1998. Anche nel cibo, però, le mode e le contaminazioni cambiano e dal 2013 un altro importante autore tedesco, **Phil Walker-Harding**, soddisfa il palato dei giocatori con il suo *SushiGo!*, dove i giocatori devono collezionare i giusti ingredienti per un nipponico *sushi* coi fiocchi.

Fast food da Happy Days

Per i più esperti, un gioco con una grafica che riprende i fast food americani degli anni Cinquanta, *Food Chain Magnat*, dove i giocatori nei panni di un *manager* dovranno aprire locali, soddisfare le richieste di cibo e pubblicizzare nel migliore dei modi la loro attività.

Come rendere più dolci le giornate

Ancora una volta si può intuire come i *board games*, pur facendo parte di quella sfera del divertimento che gioca con l'immaginazione, si legano comunque alla realtà e proprio dalla realtà trovano ispirazione. La teatralità nei giochi è una delle caratteristiche principali e ancora una volta immedesimarsi in un grande (*pastry*) *chef* o nel pizzaiolo sotto casa che ci prepara una gustosa pizza diventa elemento di divertimento e socializzazione. *Il giocare a...* soprattutto per i più piccoli è un modo per interagire con il mondo reale e sicuramente rendere più "dolci" le giornate.


"Creare giochi da tavolo è un po' come ideare una ricetta"

> Luca Borsa

> redazione@varesemese.it



CHOCOLATE MOOD

 > A cura della redazione

> redazione@varesemese.it

Blockbuster zuccherini

Magia, golosità e avventure: ingredienti di successo

La dolcezza, nel contesto cinematografico, diventa un mezzo per esplorare la fantasia, l'incantesimo e la gioia. Film come *Wonka*, *Charlie and the Chocolate Factory*, *La fabbrica di cioccolato* e *Chocolat* catturano non soltanto il palato degli spettatori, ma anche il loro cuore, offrendo un'esperienza multisensoriale che persiste nel tempo

Il mondo cinematografico è stato spesso affascinato dalla dolcezza e dalla magia legate all'universo dei dolci. Film iconici hanno catturato l'immaginazione degli spettatori, immergendoli in storie zuccherine e avventure irresistibili.

Il capolavoro che ha lasciato il segno

Un capolavoro che ha lasciato il segno è *La fabbrica di cioccolato*, basato sul romanzo di *Roald Dahl* e diretto da *Mel Stuart* nel 1971. La trama segue il giovane *Charlie Bucket* mentre visita la straordinaria fabbrica di cioccolato di *Willy Wonka*, un personaggio eccentrico interpretato da *Gene Wilder*. Questo film ha incantato il pubblico con le sue invenzioni stravaganti, come le barre di cioccolato dorate e le bevande effervescenti. È diventato un classico, celebrato per la sua capacità di trasportare gli spettatori in un mondo di pura immaginazione dolce. Generando remake e adattamenti nel corso degli anni. Come *Charlie and the Chocolate Factory*, diretto nel 2005 da *Tim Burton*, con *Johnny Depp*.

L'ultima, golosa "rivisitazione"

Durante le festività natalizie 2023, nelle sale italiane è poi arrivato *Wonka*, il prequel. Interpretata da *Timotée Chalamet* con la regia di *Paul King*, la storia incentrata sul giovane *Willy* e su come incontra gli *Umpa Lumpa* - trasporta ancora una volta in un mondo magico di cioccolato e fantasia: una dolce e affascinante "rivisitazione", che ha conquistato il cuore di vecchi e nuovi fan.

Il dolce connubio tra cioccolato ed emozioni

Un altro film che ha lasciato il suo segno nella cinematografia del dolce è *Chocolat* del 2000, diretto da *Lasse Hallström*. Il film racconta la storia di *Vianne Rocher*, interpretata da *Juliette Binoche*, che apre una cioccolateria in un piccolo villaggio francese. La magia di *Vianne* trasforma la vita della comunità attraverso i suoi

dolci irresistibili, creando un connubio tra cioccolato e emozioni umane.

Del resto, la dolcezza nei film non è solo una questione di sapori, ma spesso simboleggia la connessione emotiva e la trasformazione dei personaggi. Nel caso di *Chocolat*, il cioccolato diventa il veicolo attraverso il quale si esplorano temi di tolleranza e apertura mentale, con gli abitanti del villaggio che si liberano delle loro restrizioni attraverso il gusto del divino cioccolato di *Vianne*.

Il gusto della vita

Tutti questi film ci trasportano dunque in viaggi magici e emozionanti, esplorando la dolcezza non solo come gusto, ma come strumento per esplorare la complessità delle emozioni umane.



> Foto di Igor Ovsyannykov da Pixabay

"Il gusto come strumento per esplorare la complessità delle emozioni umane"

> Chiara Milani

> chiara.milani@varesemese.it

GHIOTTONERIE IN VETRINA

Dall'Epifania a San Valentino

A febbraio, ovunque nelle vetrine delle pasticcerie si moltiplicano cuori di ogni colore e forma per la festa degli innamorati e i dolci tipici di Carnevale, ma nel Varesotto il mese che si è appena concluso vanta anche specialità locali zuccherose

Sopra, cuori e cammellino di Buosi, a destra una mela della Giòbia e Osvaldo De Tomasi



*“Nel Varesotto,
dolci tipici
semplici,
ma deliziosi”*



Inizia sempre all'insegna della dolcezza, l'anno del Varesotto.

Il dolce arrivo dei Re Magi

Mentre i pasticceri del resto d'Italia si riposano dopo i panettoni di **Natale** (di cui conservare almeno un pezzetto da far benedire e consumare il **3 febbraio** a **San Biagio**, protettore della gola) e il tronchetto di **Capodanno**, infatti, i nostri maestri pasticceri sono impegnati a sfornare cammellini: il dolce tipico di **Varese** in ricordo di quello che - secondo la tradizione popolare - fu il passaggio dei Re Magi e che, partendo dal capoluogo, ha conquistato tutta la provincia. Si tratta di un dolce semplice, fatto con la pasta sfoglia con la forma del tipico animale raffigurato nel presepe con **Gaspere, Baldassarre e Melchiorre**, che viene poi ricoperta di zucchero a velo e cotta in forno, dove si gonfia e diventa croccante, con un *mix* irresistibile di dolce e salato. E se la più gettonata resta la versione classica, anche in formato mini per la colazione o *maxi* da condividere anche in 8, per i più golosi non mancano le versioni farcite con crema pasticcera, *chantilly*, frutta, cioccolato e tante altre ghiotte proposte. Un vero *must* della giornata dell'Epifania.

Sant'Antonio, tra torta di pane e *mustazitt*

Archivate poi le festività natalizie, a metà gennaio sempre nel capoluogo di provincia il falò di **Sant'Antonio** fa rima con la torta di pane solidale e i *mustazitt*, nome dialettale dei biscotti alla cannella.

Una ricetta tramandata di pasticceria in pasticceria

Da un capo all'altro della provincia, il primo mese dell'anno

si conclude in dolcezza nel **Basso Varesotto**, in occasione di un altro rogo che rappresenta una festa locale molto amata: la **Giöbia**, fantoccio di paglia e stracci bruciato da secoli l'**ultimo giovedì di gennaio**. Un'occasione così speciale da non poter mancare un dolce ad hoc, la cui tradizione è stata ereditata da **Osvaldo De Tomasi**, che racconta: "La ricetta originale ci fu passata dalla titolare dell'antica pasticceria bustocca **Viola**, che quando chiuse ci nominò eredi di questa ricetta. Poi nel tempo noi l'abbiamo migliorata. Praticamente abbiamo studiato una mela che reggesse la cottura del forno: viene tolto il torsolo, pelata e all'interno viene messo un *mix* di pan di spagna, zabaione e sotto marsala e *cognac*". Poi viene tutto avvolto nella sfoglia e cotto in forno. L'ideale è gustare le mele della **Giöbia** tiepide e, facendo uno strappo alla tradizione, magari servirle con un ciuffo di panna montata o gelato di crema affianco.

Golosità tutto l'anno

Questo soltanto per iniziare l'anno all'insegna dei dolci tipici del Varesotto. Le varie stagioni propongono poi tante altre golosità locali, più o meno famose: dagli amaretti di **Saronno** a quelli di **Gallarate**, dall'amor polenta di **Varese** ai brutti e buoni di **Gavirate**, fino alle coppette con le mandorle caramellate e persino con rivisitazioni avvenute in tempi più recenti - la versione dolce di polenta e bruscitti o risotto e luganega a **Busto Arsizio**. Senza dimenticare specialità lombarde molto amate anche in provincia, come il **figasciò**, ossia la focaccia con l'uva fragola. Soltanto per citare qualche esempio di come, anche in una terra come la nostra dalla cucina con ingredienti tradizionalmente poveri, non manchino dolci semplici, ma deliziosi.

W LE TORTE CASALINGHE

Vietato demonizzare i dolci, ma con ingredienti di qualità

> Eugenia Dozio > redazione@varesemese.it

Eugenia Dozio, dietista clinica dell'Università dell'Insubria, spiega ai nostri lettori come regolarsi per gustare dessert senza sensi di colpa

Il Centro di Ricerca per l'Alimentazione e la Nutrizione del Crea (Consiglio per la Ricerca Agraria e Economia) nel 2019 ha pubblicato la quarta edizione delle *Linee guida dietetiche italiane per un'alimentazione sana*, che si basano sui principi della dieta mediterranea, essendo il modello che combina la prevenzione delle malattie croniche non trasmissibili, la longevità e la salute, con accettabilità e sostenibilità dei consumatori.

La salute fa 13

Le direttive sono 13, tra cui **Zucchero, dolci e bevande zuccherate: meno è meglio**. Nello specifico, consigliano di ridurre l'assunzione di zucchero a favore di cibi amidacei e di eliminare l'assunzione di bevande zuccherate. Questa indicazione è comprensibile a livello preventivo ed educativo, ma è molto importante capire che mangiare va oltre la semplice soddisfazione di bisogni biologici: rappresenta un elemento fondamentale del nostro modo di vivere. Le scelte alimentari quotidiane sono influenzate da fattori complessi e talvolta sottili che sfuggono alla piena consapevolezza, come quelli psicologici, culturali e sociali. L'alimentazione dell'uomo, oltre al valore nutrizionale, ne ha uno edonistico e non può essere sminuita alla necessità di assumere grassi, zuccheri, proteine o vitamine, ma ad alimenti che esprimono sapori e aromi acquisiti e apprezzati nel corso del tempo (*Del Toma, 2000*).

Cibo, esperienza multisensoriale

Il cibo è un'esperienza multisensoriale che abbraccia il gusto, l'olfatto e la vista. Il piacere derivante dalla degustazione di prelibatezze culinarie non è soltanto una risposta fisiologica, ma un'esperienza emozionale

che coinvolge la mente e il corpo. Ogni pasto, che sia pranzo, cena o qualsiasi altra occasione a tavola, culmina con un dolce, dessert, cioccolato, biscotto. La tradizione è dolce anche a colazione e merenda.

Rilassamento e piacere

E' importante considerare che i dolci sono ricchi di molti nutrienti, di cui i protagonisti sono gli zuccheri che hanno la caratteristica di accelerare la sintesi e il rilascio di neurotrasmettitori come la serotonina e le beta-endorfine. Questi composti hanno effetti positivi sull'umore, inducendo una sensazione di rilassamento e piacere.

Folclore a tavola

La pasticceria italiana è rinomata in tutto il mondo quanto la sua enogastronomia, celebrata per piatti gustosi e vini pregiati. La ricchezza della tradizione dolciaria è influenzata da anni di folclore che si sono stratificati nel sapere e hanno creato una vera cultura costantemente in



“Mangiare va oltre la semplice soddisfazione di bisogni biologici”



Immagine di Freepickr

evoluzione. Le regioni si caratterizzano per ingredienti peculiari che vengono impiegati con maestria, passione e professionalità in ricette legate al territorio e alla storia culturale.

Oltre uno stile di vita

La Dieta Mediterranea, oltre a essere uno "stile di vita", ci offre una varietà di alimenti come frutta, verdura, cereali integrali, latticini, carne, pesce, uova, olio e dolci. Oggi sappiamo che l'equilibrio dato dai principi nutritivi presenti nel modello mediterraneo è fondamentale per mantenere la salute in generale.

Posso mangiare dolci? Quanti e quando?

Le domande più frequenti sono posso mangiare i dolci, quanti e quando? Se il dolce è di qualità può essere un'occasione per assumere principi nutritivi che migliorano il profilo nutrizionale della nostra dieta. **La farina**, ingrediente principale di numerosi dolci, ha caratteristiche nutrizionali a secondo del cereale da cui è ottenuta, frumento, quinoa, mais e altri. Contiene carboidrati complessi che rappresentano uno dei principi nutritivi da consumare in maggiore quantità rispetto agli altri macronutrienti (proteine e grassi). Le linee guida internazionali raccomandano di assumere i carboidrati in una percentuale compresa **tra il 45% e il 60% del totale dell'apporto calorico giornaliero**: percentuale che varia in base al tipo di carboidrato e allo stile di vita di ognuno. I nostri dolci per tradizione contengono altri cibi salutari, come frutta secca, frutta fresca, latte e uova che sono alimenti raccomandati per ottenere apporti corretti rispetto ai fabbisogni nutrizionali. Anche lo zucchero e il burro, che si trovano al vertice della piramide alimentare: cibi, cioè, da consumare con moderazione. Non è corretto dunque eliminarli, ma prestare attenzione alla qualità e alla quantità. **Il burro** è il grasso maggiormente utilizzato nella nostra tradizione culinaria e con l'olio d'oliva conferiscono una palatabilità difficilmente imitabile con surrogati.

Consumo sì, dipendenza no!

Certo, insomma, che possiamo mangiare i dolci! L'importante è che siano costituiti da ingredienti di qualità: le torte casalinghe sono da preferire ai dolci confezionati tipo merendine, *snack*, bibite zuccherate e caramelle. Il consumo deve essere personalizzato in base allo stile di vita, all'età e ad eventuali

malattie che ne condizionano la frequenza, ma tutti possiamo gustarli. Dobbiamo ricordare che gli zuccheri semplici, come il glucosio e il fruttosio, sono presenti in alimenti naturali come frutta e miele, mentre gli zuccheri aggiunti, spesso presenti in bevande zuccherate e alimenti trasformati, possono aumentare il rischio di obesità e malattie metaboliche. Sono gli zuccheri industriali che favoriscono la dipendenza da zucchero, per questo è importante cercare di mantenere la moderazione e prediligere la genuinità.

Niente divieti, ma stile di vita sano

La lotta all'obesità è una priorità per la sanità pubblica. **l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità)** ha sottolineato ai governi di tutto il mondo di affrontare questo problema attraverso l'educazione alimentare, anziché demonizzare i singoli alimenti. La strategia dovrebbe concentrarsi sulla modifica dello stile di vita, dedicando più tempo all'attività fisica e alla preparazione casalinga dei cibi, riducendo così il consumo di alimenti che contengono zuccheri industriali e conservanti.

Gratificarsi è importante

Del resto, la gratificazione ha un ruolo molto importante nella regolazione del comportamento alimentare. Ignorare l'importanza di questo elemento potrebbe comportare il rischio paradossale di compromettere la nostra capacità di autoregolazione. Privare i bambini di alimenti piacevoli non è una strategia sensata. Al contrario, esiste il pericolo che cerchino in modo compulsivo quello che è stato vietato. Studi nel campo delle neuroscienze confermano che il piacere di cibi appaganti costituisce uno stimolo significativo per i circuiti di gratificazione presenti nel nostro cervello. Fondamentale è la moderazione e imparare a regolarsi e sapere che cibi ad altro contenuto di zuccheri possono creare dipendenza.

Parola d'ordine: moderazione

Per questo è importante sottolineare che tutti i cibi possono contribuire a una dieta salutare, quando consumati con moderazione all'interno di un regime alimentare bilanciato. Allo stesso modo, qualsiasi alimento può diventare non salutare se ne facciamo un consumo eccessivo, a discapito degli altri nutrienti essenziali per un'alimentazione equilibrata.

DOLCE PICCINO!

> *Sabrina Giussani*

> *redazione@varesemese.it*

Dall'intuizione di *Konrad Lorenz* sulla neotenia ai comportamenti nelle famiglie del giorno d'oggi con cani e gatti: *Sabrina Giussani*, medico veterinario di *Busto Arsizio* *past president* di *Sisca* (Società italiana scienze comportamento animale), spiega perché i cuccioli ci fanno tanta dolcezza e come prendersene cura



Funeral Pet fornisce servizi funebri per i vostri animali da compagnia, saremo lieti e certi di potervi offrire un servizio adeguato per dare la possibilità al vostro amico di restare per sempre con voi.

I nostri servizi:

- ★ Cremazione
- ★ Funerali
- ★ Ritiro Animali
- ★ Disbrigo pratiche

*Ti accompagneremo per l'ultimo saluto
al tuo amico a 4 zampe*





In noi, cagnolini e gattini attivano gli stessi comportamenti che riserviamo ai nostri neonati”



In zoologia, la neotenia è il fenomeno che caratterizza il mantenimento in un soggetto adulto di tratti fisici tipicamente giovanili.

La neotenia

Fin dal 1943, **Konrad Lorenz**, zoologo ed etologo austriaco, ha osservato che i “piccoli” sono capaci di attrarre l’attenzione degli adulti grazie alla presenza di particolari caratteristiche come la testa tondeggianta, gli occhi grandi, le guance paffute, l’andatura incerta, la tendenza al gioco e così via. Questi tratti attivano nell’essere umano (e in tante altre specie, tra cui il cane e il gatto) il desiderio di prendersi cura del “cucciolo”. Cagnolini e gattini catturano il nostro sguardo e attivano in noi gli stessi comportamenti che riserviamo ai neonati della nostra specie. La selezione in questi animali ha creato soggetti “ipertipici” soprattutto in alcune razze come il Carlino, il *Bouledogue Francese*, il *Bulldog Inglese*, il gatto Persiano, l’*Exotic Shorthair* e così via.

La dolcezza è solo l’inizio

Ma non è tutto. La consapevolezza di appartenere a specie diverse, infatti, comporta la conoscenza delle necessità del cane e del gatto che convivono con noi. Mangiare, bere, dormire, evacuare le deiezioni sono considerati fabbisogni fisiologici, primari per tutti gli esseri viventi. Il piccolo felino e il cane, così come l’essere umano, possiedono anche fabbisogni comportamentali e di sicurezza, poiché sono soggetti con motivazioni ed emozioni che caratterizzano la “sua personalità”. Questi animali sono *partner* sociali, parte attiva del gruppo familiare e devono essere riconosciuti come un convivente seppur “diverso da me”. Il legame tra cane o gatto e proprietario è da considerarsi al pari dell’attaccamento del bambino alla propria mamma. Poiché il proprietario è, a tutti gli effetti, la figura di riferimento nell’accudimento dell’animale, tra le due specie nasce infatti una vera e propria relazione.

PARIS-BREST, MOLTO PIU' DI UNA GARA

Connubio straordinario tra sport e gastronomia

La competizione ciclistica continua a sfidare i limiti umani, mentre il dolce incanta i palati di chiunque si avvicini a questa prelibatezza: è un binomio perfetto che unisce passione, resistenza e gusto in una celebrazione senza eguali

> Luigi Cazzola
> redazione@varesemese.it



> Foto di Privet France da Pixabay

Il ciclismo e i dolci non sono in grande sintonia, visto che il ciclista professionista deve curare con attenzione il proprio peso e deve seguire la migliore dieta possibile.

Una dolcestoria

Tuttavia, esiste un famoso dolce che viene chiamato con il nome di una corsa ciclistica. Si tratta del *Paris Brest*, un dolce francese, il quale rappresenta una ruota di bicicletta. Questo dolce, ripieno di crema pasticciera e decorato con scaglie di mandorle, fu ideato nel 1910 da un giovane pasticciere di Nantes, *Louis Durand*. A quest'ultimo era stato chiesto di creare un dessert particolare che ricordasse la corsa *Paris-Brest-Paris*, la quale era stata, a sua volta, ideata, nel 1891 da un giornalista francese, *Pierre Giffard*. Si trattava di una gara massacrante, di ben 1.200 chilometri, di cui 600 da Parigi a Brest ed altri 600 per il ritorno da Brest a Parigi. La gara doveva essere conclusa entro 84 ore.

Il ciclismo dei pionieri

Si era nell'epoca del ciclismo dei pionieri, in cui i corridori premevano sui pedali su strade impolverate, con biciclette pesantissime e calzoni alla zuava. Inoltre, i partecipanti a questa gara con i tubolari a tracolla, per potere riparare le forature delle gomme e con zainetti sulle spalle contenenti i viveri necessari per far fronte alla fame e alla sete. La corsa si disputava ogni 10 anni. La prima edizione fu disputata nel 1891 e fu vinta da *Charles Terront* in 71 ore e 37 minuti, mentre la seconda edizione fu disputata nel 1901 e fu vinta da *Maurice Garin*, uno spazzacamino che è passato alla storia per avere vinto nel 1903 il primo *Tour de France*.

Ciclisti e buongustai

In occasione della terza edizione, disputatasi nel 1911, per pubblicizzare maggiormente la corsa l'organizzatore ebbe l'idea di invitare il titolare di una sconosciuta pasticceria di *Maisons - Laffite* (una località attraversata dalla gara), a inventare un dolce che prese il nome di questa corsa e a questa corsa è stato per sempre legato. Il dolce *Paris Brest* ebbe un grande successo sia tra i ciclisti sia tra i buongustai e ancora oggi è un considerato prelibato.

Profumo di ciclismo epico... e dolce da forno

Tornando alla gara, fu per professionisti fino al 1951. In quegli anni presenziarono a questa corsa vari campioni come *Octave Lapize* e *Eugene Christophe*, ma essi non riuscirono a vincerla, perché il vincitore di questa gara massacrante non soltanto doveva essere forte, ma anche fortunato, trattandosi di una corsa di ben 1.200 chilometri. Dal 1951 la *Paris-Brest-Paris* è diventata una corsa amatoriale che si disputa ogni 4 anni, ma non ha perso il suo fascino e profuma ancora di ciclismo epico e del dolce da forno ad essa ispirato.

GIOCABET.TV



La redazione di Giocabet TV.
Nel tondino, il direttore Vito Romaniello

DNA SPORTIVO

**Giocabet TV,
la nuova frontiera del
panorama televisivo regionale**

**Canale 113 Lombardia
Canale 82 Piemonte**



museo
FISOGNI



Via Bianchi, 25/b – Tradate (VA)
335.6777118 - fisogni@museo-fisogni.org

FONDATA DA GUIDO FISOGNI NEL 1966

La collezione di distributori di carburante e petroliana più completa al mondo (Certificata Guinness World Record). Location ideale per eventi, in particolare raduni e manifestazioni legate al mondo delle auto e moto d'epoca. 500 m2 di spazi e 15.000 m2 di giardino.

Il Museo Fisogni è una location per eventi dalle caratteristiche uniche in Italia.

Adatto oltre che per eventi esclusivi, pubblici o privati, regala ai partecipanti un'esperienza che non dimenticheranno.

Inoltre il museo si presta per conferenze stampa in una particolarissima sala arredata con distributori di benzina dei primi del novecento e un tavolo di cristallo con giocattoli d'epoca al suo interno, spettacoli teatrali o presentazioni aziendali nell'ampio cortile di 500 m², matrimoni nel parco di 15.000 m² con alberi secolari. Il parcheggio interno privato contiene 35-40 automobili.

