

“CIBO DI STRADA” PRODURRÀ ANCHE PANE, BISCOTTI E MUFFIN CON L'INGREDIENTE SPECIALE

IL CASO

Focaccia e farinata con farina speciale di canapa sativa

E a Casarza il primo negozio a usarla in Liguria

PROPRIETÀ NUTRITIVE

Della cannabis viene utilizzato il seme che non ha il principio attivo dello stupefacente

SARA OLIVIERI

CASARZA LIGURE. Focaccia, farinata, pane, crostate, biscotti e muffin. Giusto per cominciare. Tutto preparato come da ricetta tipica, ma con un'unica, saliente, variazione: l'uso della farina di canapa negli impasti. Venerdì pomeriggio, mentre a Roma aprirà i battenti la terza edizione di “Canapa mundi”, la fiera dedicata agli svariati impieghi della canapa, a Casarza Ligure la gastronomia e friggitoria “Cibo di strada” inaugurerà una produzione nuova, per ora rara nel panorama culinario locale, che presenterà ai clienti in un apericena-degustazione in programma dalle 17.

L'ingrediente principale è appunto lei: la canapa sativa. Il richiamo alla cannabis non è scorretto; in questo caso, però, della pianta non interessano i

fiori, ma i semi poi macinati, privi di Thc (il principio attivo dello stupefacente), coltivati e utilizzati a scopi alimentari, del tutto innocui e anzi in forte diffusione per le loro proprietà nutrizionali. Concentrazioni

elevate di omega 3, proteine e aminoacidi ne fanno un prodotto in crescita, già presente nei supermercati, nei circuiti dei negozi bio, ora in arrivo anche in piatti pronti. Al “Cibo di strada”, ad esempio, farinata, focaccia, pane e dolci alla canapa (mescolata nell'impasto alla farina di grano per ottenere la giusta consistenza) saranno presenti sul banco insieme alla

buridda di seppie, al coniglio alla ligure, alla cima alla genovese e alle altre leccornie della cucina tradizionale ligure che sono la cifra del negozio. «All'inizio sonderemo il gradimento dei clienti e, se piacerà, useremo la farina per altre ricette e con maggiore frequenza – spiega Barbara Marengo, titolare insieme a Marcello Mistrangelo dell'attività -. Il nostro intento è suggerire alle persone un modo nuovo per alimentarsi, in modo sano». L'idea di utilizzare la canapa è venuta a Mistrangelo e all'amico appassionato di peperoncino e cibo piccante Michele “Habano” Lampi. «Conoscono un agriturismo che la rivende – racconta Lampi -. Mi sono informato sui valori nutrizionali e, vista l'esperienza in cucina di Marcello, ne abbiamo parlato e abbiamo deciso di provare. Io gli darò una mano nella preparazione». Il risultato è piaciuto al palato: la crostata con farina di canapa si è rivelata un successo, il pane e tutti gli altri im-

pasti hanno mostrato la qualità di un tempo di rimanere morbidi anche il giorno successivo. Da qui, l'avvio della produzione, che inizialmente non sarà quotidiana. La farina di canapa è un ingrediente presente anche nella cucina della gastronomia “L'articiocca” di via Nazionale a Sestri Levante, nota per la creatività dei suoi piatti, la varietà dei prodotti usati, la velocità con cui aggiorna il menù. «La canapa fa parte delle

tante farine particolari che usiamo (dalla farina al basilico a quella di carruba, ndc) – racconta Chiara Malvasi -. La compriamo da un mulino bio di Mondovì e facciamo pane, focacce, pasta fresca. Cerchiamo di proporre sempre prodotti diversi, vari, per avvicinare la clientela a gusti e alimenti nuovi. E finora questa e le altre farine sono sempre piaciute».

sara.olivieri@hotmail.com

© BY NC ND ALCUNI DIRITTI RISERVATI

UMETTI

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato





Marcello Mistrangelo, Barbara Marengo e Michele Abanero davanti alla friggitoria "Cibo di strada"

PII