

*LA CUCINA ITALIANA E LE SUE ECCELLENZE PER COLLABORARE
ALL'OFFERTA TURISTICA NEL TERRITORIO UCRAINO*

La cucina italiana, presente in Ucraina fa parte del prodotto nazionale turistico. Particolarità della gastronomia italiana, caratteristiche dei suoi prodotti, fedeltà e irrinunciabilità dei gusti tradizionali; influenze delle cucine straniere sulla nostra tavola. Caratteristiche della dieta mediterranea, per una vita sana e longeva.

Італійська кухня, представлена в Україні, розглядається як складова національного туристичного продукту. В статті описані особливості італійської гастрономії з характеристикою її типових продуктів; вірність традиційним смакам; вплив іноземної кухні на нашому столі. Особливості середземноморської дієти та її вплив на здоровий образ життя та довголіття.

Innanzitutto vorrei ringraziare l'Università nazionale di Kiev "Taras Shevchenko" e in particolar modo la Vice Preside della facoltà di geografia prof. Olena Motuzenko per averci invitati a partecipare a questo convegno.

Devo dire con tutta sincerità che all'inizio il tema del convegno, e cioè la possibilità di acquisire turismo con la prospettiva dell'offerta "cucina italiana" ha suscitato in me parecchie perplessità poiché pesavo che un turista avrebbe dovuto conoscere oltre ai luoghi, monumenti e paesaggi dell'Ucraina anche la cultura culinaria di questo Paese.

Riflettendo poi ho tratto la conclusione che, anche se qui vi fosse stata la miglior cucina al mondo, ciò non avrebbe persuaso il turista italiano, conservatore e tradizionalista, a sperimentare nuove esperienze in fatto di gusti gastronomici.

Ho un'esperienza diretta in ciò che affermo e traggio continuamente esempio quando nel Ristorante che gestisco con mia moglie, provo a proporre piatti del posto.

L'italiano, in genere, non può fare a meno della pasta che vuole di tutti i tipi e in tutte le salse e possibilmente tutti i giorni della settimana. Oltre a ciò non rinuncia alle altre eccellenze tipiche, che sono il formaggio parmigiano, l'olio d'oliva esclusivamente extra vergine; solo per elencare le più popolari.

I farinacci sono per lui la cosa più importante e può fare a meno del secondo di carne o di pesce, magari trascura il dolce ma non può fare a meno del caffè espresso, alla fine di ogni pasto, il quale deve essere eseguito a regola d'arte con la giusta schiuma e le misure standard.

Se ricevesse una tazza di caffè, un po' sopra misura perde la pazienza e l'umore.

È comunque di vitale importanza nella gestione e conduzione di un locale, impegnarsi al massimo per garantire una buona cucina.

La presenza dev'essere costante e tutti i giorni della settimana bisogna dedicarsi in pieno. Non bisogna dimenticare che il personale, sia di sala sia di

cucina è reperito sul posto, e quindi non essendoci una solida base della nostra cucina, gli addetti hanno bisogno continuo dell'insegnamento da parte nostra.

Detto questo posso affermare che, seppur con grande sforzo anche da parte dei miei connazionali siamo riusciti a garantire nella Capitale, un buon successo e contare su quattro/cinque ottimi ristoranti e altrettante pizzerie.

Il successo della cucina italiana nel mondo e da attribuirsi in particolar modo alla posizione geografica dell'Italia che dalle sue sponde ha avuto la possibilità di incontrare culture diverse in fatto di usi, costumi e gastronomia. Venezia forte di una tradizione marinara ha avuto la possibilità navigando sull'Adriatico di venire a contatto con popolazioni slave, greche, turche, i paesi che si affacciavano sul Mediterraneo. I galeoni della Serenissima di ritorno dai lunghi viaggi portavano nella città lagunare il sale, il pepe, lo zenzero e persino lo zafferano che proveniva dalla lontana Cina.

Molte sono le pietanze della cucina veneziana che subiscono il fascino dei cibi esotici, (mi viene in mente il risotto, che è copiato dal ploff di origine orientale) ma anche l'introduzione delle spezie dall'oriente come il ginger, il cardano, la curcuma, presente in molte ricette che svilupparono un'arte culinaria unica nel suo genere. Osserviamo quindi a supporto della tesi sin qui argomentata una caratteristica della cucina veneziana che ha come tipicità il fatto di aver introdotto nel cibo il gusto dolce e salato. L'esempio tipico è lampante e quello delle sarde in carpione (comunemente dette saor in veneziano), brasate cioè e accompagnate da cipolla, uva sultanina, pinoli, aceto, dolce salato e il tipico gusto orientale agro-dolce.

Non meno importante l'influenza dei paesi arabi sulle coste italiane che con i loro piatti e spezie sono penetrati nel sud d'Italia. Il dominio degli arabi in Sicilia ha contribuito in modo notevole alla diffusione di quell'arte culinaria dolciaria, ma non solo, che a tutt'oggi è vanto dei siciliani.

E' nel 965 che gli arabi divengono veri e propri padroni dell'isola. Viene introdotta la canna da zucchero, il riso, gli agrumi e l'uso fino ad allora sconosciuto delle droghe.

Ed ecco che la pasticceria diviene grandissima nasce la cassata e torroni di miele, sesamo e mandorle. Da una splendida collaborazione gastronomica tra arabi e siciliani nasce una cucina la cui influenza va oltre i confini dell'isola e si estende su tutto il bacino occidentale del Mediterraneo.

Da non dimenticare infine la presenza della pasta, sempre tramite gli arabi anche se qualcuno afferma la sua provenienza dalla Cina, non a caso si tratta soprattutto di vermicelli (ancor oggi presenti nei ristoranti cinesi), i quali subiscono una trasformazione da pasta fresca a secca (essiccata) invenzione che ha permesso agli spaghetti di essere consumati senza preoccupazioni di deperimento.

Infine non è possibile non citare il cuscus elaborazione del famoso piatto arabo.

E' sempre durante la dominazione araba che si diffonde l'uso del sorbetto, ricetta probabilmente sottratta al buon Alessandro Magno che ai tempi dell'invasione in terra di Babilonia era uso organizzare spedizioni affinché i suoi

soldati valicando i monti e giungendo a valle gli procurassero della neve per imbastire la deliziosa bevanda.

Come ultima riflessione vorrei parlarvi della dieta mediterranea.

Nasce negli anni cinquanta da un'acuta osservazione di medici americani i quali scoprirono che in un paesino d'Abruzzo sulla costa adriatica vivevano parecchi ultracentenari. Non c'è voluto molto a capire che ciò era dovuto al loro stile di vita (quello che in greco si traduce con la parola *dieta*).

Naturalmente senza far mancare uno stile di vita attivo. La dieta quindi di quegli arzilli vecchietti che si cibavano di pesce, verdure, poca carne, poco formaggio e di un condimento fondamentale che è l'olio extra vergine d'oliva usato sia come condimento che per cucinare. Aggiungeremo che l'olio d'oliva è l'elemento primario usato nella nostra cucina al posto del burro della margherita e degli altri grassi. E' una ricca fonte di grassi monoinsaturi che proteggono dalle malattie cardiovascolari, oltre ad essere una fonte di antiossidanti e di vitamina E.

Non è quindi uno specifico programma dietetico ma un insieme di abitudini alimentari tradizionalmente seguite dai popoli della regione mediterranea. Chi si attiene a una stretta dieta mediterranea vive più a lungo.

Concludendo quindi mi sento di poter dire che la nostra cucina, oltre a soddisfare i golosi e i gourmant più esigenti, può essere presa ad esempio anche da coloro i quali credono in una dieta sana e rigorosa, che rifiutano gli eccessi ed i cibi particolarmente grassi, per una vita migliore senza malattie a cui la medicina moderna attribuisce come cause principali all'errata alimentazione.