



# Epistula

N. 57

# Slow Food<sup>®</sup> Ticino

Marzo 2017

## Attività future

**Venerdì 24 marzo, alle 18.30**

### **Assemblea annuale Slow Food Ticino**

*presso Casa Porta a Manno*

Ordine del giorno:

1. *nomina del presidente del giorno*
2. *relazione del fiduciario*
3. *approvazione dei conti*
4. *intervento di Elena Campocovo, collaboratrice di ConProBio, responsabile del progetto Lortobio di Sant'Antonino*
5. *riconoscimento Slow Food Ticino 2017*
6. *intervento di Ilario Garbani, produttore della farina bona.*

20.15, cena presso il Grotto dell'Ortiga

*Affettato nostrano, insalatina tiepida di foaiolo e carciofi alla romana*  
\*\*\*

*Assaggio di risotto alle pere e Zincarlin da la Val da Müc*  
\*\*\*

*Coscio di maiale al fieno in crosta di pane, patate e verdure bio*  
\*\*\*

*Bianco mangiare alla farina bona, coulis di lamponi o al cioccolato*

Costo p.p. Fr. 50.00, bibite escluse

Iscrizioni direttamente al Grotto, allo 091 605 16 13, **entro il 20 marzo.**

**18-21 maggio**

### **Slow Fish a Genova**

*Fiera internazionale del pesce buono, pulito e giusto*

Il Porto Antico sarà animato da incontri, laboratori e degustazioni all'isegna della produzione sostenibile e del consumo responsabile

**domenica 9 luglio**

### **Escursione ai grotti di Cama**

*guidati da Dante Peduzzi*

Programma dettagliato seguirà a tempo debito

Quest'anno Slow Food Ticino festeggia i 30 anni. La condotta fu fondata da un gruppo di amici che si era recato al congresso di Arcigola in Italia: fu la prima fuori dai confini italiani (1986 Slow Food Italia, 1989 Slow Food Internazionale). Dei soci fondatori e primi partecipanti, ormai più di una generazione fa, non ricordo molti nomi, perché iniziai frequentando in modo informale le riunioni dell'associazione già attiva da qualche tempo. Alcuni però non li ho dimenticati: Giorgio Canonica, Luca Cavadini, Daniele Bigger, Francesco Sassi. Altri in certe occasioni mi ritornano alla mente e allora il ricordo è piacevole e sorrido.

Non sono in grado di scrivere una cronistoria di Slow Food Ticino, ma mi limiterò a citare in ordine sparso alcuni capisaldi che sono rimasti impressi nella mia memoria, scusandomi per le dimenticanze. E sono tante purtroppo...

ADAGIO: la prima rivista di Slow Food Svizzera, in italiano e tedesco, prodotta in Ticino / le EPISTULE redatte da Marie-Jeanne e Antonio, dapprima su carta e ora in versione digitale / il GIOCO DEL PIACERE, organizzato per il piacere d'assaggiare in compagnia diversi vini, senza concorsi e classifiche / i LABORATORI DEL GUSTO sul pesce, sui formaggini, sui pomodori, sul pane, la serie di Cureglia sulle zucche e le birre / gli ORTI SCOLASTICI a Chiasso e a Claro / i MASTERS su salumi, formaggi, pane e vini / i GEMELLAGGI con altre Condotte italiane / la SCUOLA IN FATTORIA con gli allievi delle scuole elementari alla fiera di San Martino / la creazione dei PRE-SIDI: Cicitt delle Valli del Locarnese, Zin Carlin della Valle di Muggio, Farina Bona / le USCITE: alle acetaie del Consorzio aceto balsamico tradizionale di Modena, a Bellaggio da Silvio per i pesci di acqua dolce, ... / le SCARPINATE: al Piora, al Bagno, a San Lucio, in Val Piumogna, a Somprei, ... / le SERATE a Malvaglia su cinema e alimentazione: "Il pranzo di Babette", "La cena spagnola"... / le CENE DEI CONFRONTI o a tema / i PRANZI DI NATALE / la partecipazione ai CONGRESSI INTERNAZIONALI DEI DELEGATI: in Italia a Napoli, in Messico a Puebla, ma anche, con orgoglio, a Mendrisio e a Cadro / la redazione del capitolo ticinese della GUIDA DELLE OSTERIE D' ITALIA / le riunioni dei DELEGATI SVIZZERI a Zurigo, Mendrisio, Ginevra, Losanna, ... / le DISCESE a Bra, a CHEESE, alle Edizioni Slow Food o al negozietto, all'Università degli Studi Gastronomici di Pollenzo, ... / le visite al SALONE DEL GUSTO di Torino, al SALONE DEL PESCE di Genova / i TERRA MADRE DAY (a Bellinzona con la Conprobio) / le numerose ASSEMBLEE con i PREMI RICONOSCIMENTO SLOW FOOD TI assegnati ad Antonio Codoni, Eva Frei, Stefano Haldemann, ... / la SETTIMANA DEL GUSTO: a Bellinzona con le casette in Piazza del Sole, a Locarno con la Disco-Soupe / i vari MERCATI e FIERE a Mendrisio, Lugano, Zurigo, ...

Molto di quello che è stato fatto venne poi ripreso da altre associazioni interessate al cibo e al territorio, nonché dalla gente comune che ha iniziato a porsi qualche domanda su cosa e come comprare e cucinare.

A livello locale il merito maggiore di Slow Food Ticino è stato quello di aver reso attenti dell'importanza della piccola produzione sia i consumatori e i produttori, sia gli esercenti e i venditori. Slow Food attualmente affronta anche altre sfide che sicuramente lasceranno dei ricordi. Il mio invito, rivolto a chi era presente o la sarà nei prossimi anni, è quindi di partecipare attivamente alle iniziative di Slow Food e non solo di celebrare gli anniversari, che portano una ombra di malinconia, anche se riscaldano un poco il cuore.

G.R.

## Pom rossin



Abbiamo il piacere di annunciare che Slow Food Svizzera propone l'entrata della Pom rossin nell'Arca del Gusto di Slow Food International.



Grazie all'impegno di Capriasca Ambiente, ProFrutteti e di Muriel Hendrichs, etnobotanica, questa mela, geneticamente unica a livello svizzero, è stata riscoperta e riconosciuta come molto interessante dal punto di vista dell'agrobiodiversità, la biodiversità legata alla nostra cultura e alimentazione.

Le varietà di mele sono spesso classificate a seconda del periodo di maturazione; si distinguono quelle precoci (estive), quelle autunnali e quelle tardive (invernali). Le prime sono spesso caratterizzate da un periodo di conservazione molto breve, le autunnali invece è piuttosto variabile, mentre le invernali si preservano generalmente per lungo tempo.

Le antiche varietà sono inoltre classificate a seconda del loro luogo di origine e della loro area di distribuzione; si distinguono le varietà locali/regionali da quelle dette classiche. Le prime sono caratteristiche di un territorio poco esteso, mentre le seconde, pur essendo rare, hanno una distribuzione più ampia.

Questo articolo parla del Pom rossin, in italiano Mele rossine, una varietà locale tardiva molto diffusa nella regione delle Valli di Lugano, in particolar modo in Capriasca, dove sono stati censiti più di 20 alberi antichi appartenenti a questa cultivar, alcuni più che centenari. Questa varietà è considerata interessante dal punto di vista culturale poiché possiede un nome ancora che è ancora conosciuto dalla popolazione locale. Oggigiorno pochi sanno i nomi delle mele, ma in Capriasca quasi tutti sono capaci d'identificare il Pom rossin. Molte persone la riconoscono perché la raccolgono ancora, mentre altre la ricordano poiché da bambini ne rubavano i frutti dall'numerose piante presenti sul territorio. Il nome deriva semplicemente dal colore rosso vivo della buccia che, a piena maturazione, si estende anche all'interno della polpa, la quale si presenta rosata e possiede delle particolari venature di colore rosso intenso. Caratteristica che condivide con un'altra varietà ritrovata nella regione, la Calvilla rossa d'autunno, cultivar di origine francese, già citata dal Settecento, considerata rara e molto pregiata. Il Pom rossin è una delle ultime varietà a essere raccolta, assieme alla Rossina di Bré, alla Porgnec e alla Regina Sofia. I frutti sono colti a fine ottobre, quando hanno ormai raggiunto il meglio delle loro qualità gustative.

Un tempo il raccolto era suddiviso tenendo conto della qualità dei frutti, quelli più belli venivano venduti al mercato oppure erano riposti in un fruttajo come scorta per i mesi invernali. In condizioni ottimali il Pom rossin si conserva fino ad aprile-maggio, caratteristica molto apprezzata e spesso evidenziata dalle persone intervistate. I frutti di seconda qualità erano usati per la trasformazione in succo o in grappa. Localmente il Pom rossin è considerato il più idoneo per questo tipo di trasformazione, poiché possiede una polpa dall'ottima succosità e dall'aroma pronunciato. In Capriasca queste due bevande sono tuttora prodotte, sia per il consumo privato, sia per la vendita. Infine, le mele di terza qualità, le più piccole e dall'aspetto meno attraente, venivano date ai maiali. Le mele costituiscono un ottimo alimento per la dieta di questi animali, ai quali durante il medesimo periodo si davano gli scarti delle castagne, noti per avere un certo effetto costipante. Le mele aiutavano a equilibrare questo effetto.

Oggi la suddivisione del raccolto non è più così marcata, la gente raccoglie le mele belle e lascia a terra quelle brutte. Coloro, che possiedono delle cantine idonee, possono conservare i frutti per l'inverno, gli altri devono provvedere a trasformarli in succo, grappa, marmellate o altri prodotti derivati.

Per quel che concerne le caratteristiche descrittive bisogna sapere che esistono due tipi di Pom rossin: quello con la buccia uniforme e quello, più diffuso, che ce l'ha rigata. Entrambi possiedono la medesima dimensione, la forma e le stesse caratteristiche gustative. La loro polpa è soda, croccante, molto succosa, acidula e zuccherina, dall'aroma pronunciato e caratteristico. Si tratta di un'ottima mela per il consumo fresco, buona anche per la preparazione di torte e altri dolci, nonostante la manipolazione dei frutti è piuttosto difficoltosa, poiché spesso questi sono piccoli e irregolari. Le mele, ricche di vitamine e adatte a migliorare la digestione, sono conosciute per essere molto salutari. Un tempo durante i mesi invernali si beveva il té preparato con le bucce delle mele per prevenire i malanni da raffreddamento. Il Pom rossin è l'unica varietà, censita fino a oggi in Ticino, alla quale si attribuiscono delle virtù terapeutiche specifiche. Nella cultura popolare si dice che cuocendo la mela al forno, essa produce una gelatina rosata che un tempo veniva somministrata per prevenire le influenze e per curare dolori o irritazioni alla gola. Il Pom rossin veniva inoltre utilizzato come elemento decorativo, in particolar modo per gli addobbi delle feste natalizie.

Questa mela dalle mille virtù fino a poco tempo fa era destinata a scomparire, ora grazie al progetto di ProFrutteti è stata recuperata e inserita nel frutteto di conservazione.

ProFrutteti - Muriel Hendrichs

*In questo spazio dedicato ai giovani, proponiamo una breve intervista a Stefan Furrer e Nicolas Cerclé, due ticinesi di ritorno da soggiorni in Africa del Sud, Parigi e Berlino.*

Com'è nato il vostro coinvolgimento con i ristoratori locali?

*Benché affascinati dalle esperienze vissute all'estero, sentivamo la voglia di ritrovare i sapori dei piatti ticinesi e siamo andati alla ricerca di buoni ristoranti sul nostro territorio. Il Canton Ticino è uno dei luoghi dove la varietà, la qualità degli alimenti e l'offerta culinaria è tra le più ricche del mondo ma mancava uno strumento di recensione di ristoranti dove trovare informazioni riguardanti i prezzi, la varietà della cucina offerta e l'atmosfera. Abbiamo dunque creato un blog, poi un vero e proprio sito web: [www.saporiedissapori.ch](http://www.saporiedissapori.ch). L'accesso è gratuito, facile e veloce ed aiuta chi cerca il miglior locale dove uscire a cena o a pranzo rimanendo in Ticino.*

Parlateci della vostra iniziativa "Street Food Village"

*È emersa dalla volontà di mettere in contatto fisicamente le persone (ristoratori, produttori e pubblico) che già stavamo aiutando a trovarsi grazie al sito web. Gli Street Food erano già di tendenza in molte parti del mondo, ma mancavano ancora da noi. Nel "nostro" Street Food Village abbiamo deciso di aprire le iscrizioni esclusivamente a produttori e ristoratori che hanno la loro sede in Ticino. È stata una scelta forte, coerente con il progetto di far scoprire al pubblico ticinese gli ottimi ristoranti locali. Persone che propongono una vera cucina fatta in casa, con prodotti freschi e prezzi equilibrati rispetto alla proposta. Orientandoci a produttori locali, abbiamo anche rinunciato alla possibilità di ricevere importanti sponsorizzazioni da parte di marchi nazionali o internazionali. È stato un enorme successo, al di là delle più rosee aspettative! La piazza dove abitualmente si tiene San Provino è stata un'ottima cornice. Ad aiutarci sono stati anche il Comune di Agno e una fortunata giornata di caldo e sole! Abbiamo scelto di disporre i ristoranti a quadrato sui lati, lasciando tutto lo spazio interno al pubblico. Ai grandi tavoli si sono ritrovati bambini, giovani e anziani, in un clima molto famigliare e conviviale. Abbiamo anche scelto di limitare la musica o altri rumori, dando così la possibilità a tutti di mangiare e chiacchierare tranquillamente. A testimonianza del successo, il fatto che molti ristoratori si sono ritrovati con scorte insufficienti rispetto alla domanda. Hanno semplicemente chiuso il loro gazebo o veicolo e si sono uniti alla festa! Per il 2017 cosa prevede l'agenda? Sulla scia del successo della prima edizione, lo Street Food Festival si estenderà a Caslano il 22 aprile e si riproporrà il 18 giugno a Agno. La presenza in un terzo Comune si sta organizzando. Vi terremo informati...*

Delle 3 parole *Buono, Pulito, Giusto* che compongono il motto di Slow Food la prima, *buono*, è quella che da adito ancor oggi dopo 30 anni di fondazione del Movimento a discussioni. Pulito e giusto sono infatti 2 criteri che si possono valutare obiettivamente: per pulito si intende ecologicamente sostenibile e non inquinante, per giusto una corretta ed adeguata retribuzione di tutti i lavoratori coinvolti, mentre per buono vi è una parte obiettiva e una parte soggettiva.

All'inizi di Slow Food per buono si intendeva il cibo consumato 2 generazioni prima, quando veniva prodotto artigianalmente e in piccole quantità secondo la tradizione. La qualità di un prodotto (uso di carne o pesce fresco, uova di giornata, burro naturale, lavorazione accurata, cottura perfetta) può essere stabilita con relativa facilità da tutti. Per quel che riguarda il gusto le cose si complicano.

Adoperando prodotti o alimenti di qualità e lavorando correttamente il cibo sarà di buona qualità. Che piaccia a tutti o alla maggioranza non è detto. Il gusto dipende da numerosi fattori: genetica, educazione, sensibilità, provenienza geografica, stato di salute, convenzioni ideologiche, religione (divieto di alcuni cibi), età, ecc. Quali di questi fattori abbia più influenza è strettamente individuale, anche se oggi esiste, come in altre consuetudini, un dilagante conformismo.

Chi da piccolo è stato obbligato a mangiare piselli contro la sua volontà, probabilmente anche da adulto li considererà non buoni. Alcuni cibi non piacciono perché ricordano esperienze di vissuto negative (internati, colonie) o fanno ribrezzo perché associati più o meno consciamente a sangue, urina, feci, pus o vomito. Ai bambini piace molto il dolce, la stessa cosa succede agli anziani, mentre nel corso del resto della vita magari si preferiscono altri alimenti.

Ai gusti dolce, salato, amaro e aspro si è aggiunto negli ultimi decenni l'umami che in giapponese significa saporito e indica, per la precisione, la presenza di glutammato, che si trova prevalentemente in carne, dadi da brodo e formaggi (parmigiano) ma anche nella soia o nei pomodori. Segnalato come additivo E621 sulle confezioni, è un esaltatore di sapidità, visto da alcuni come la peste in cucina e considerato addirittura dannoso alla salute, da altri equiparato al sale e apprezzato senza riserve. La classica rappresentazione della lingua e del palato con le 4 zone riservate prevalentemente ad ogni singolo gusto si è rivelata una bufala. Qualcuno l'ha inventata, riprodotta nelle pubblicazioni scientifiche, ma poi mai nessuno fino a poco tempo fa l'ha verificata. Si è visto che non sta in piedi, ma neanche in bocca.

Slow Food ha fatto dell'Educazione al Gusto uno dei pilastri della sua filosofia. Fin dagli anni 90 pubblica un libro di Rossano Nistri "*Dire, fare, gustare. Percorsi di educazione del gusto nella scuola*", pubblicato per favorire un corretto rapporto di bambini, ragazzi e giovani con il cibo, abbandonando moralismi e divieti per affrontare il tema in modo aperto, articolato e gradevole. Questo manuale, frutto delle esperienze realizzate nelle scuole italiane, rappresenta il passaggio dalla tradizionale educazione alimentare all'educazione al gusto.

Fortunatamente c'è stato una inversione di tendenza grazie anche, a programmi televisivi che pur privilegiando l'aspetto spettacolare del cucinare hanno dato una mano a ribaltare la situazione, evitando che un intero patrimonio di conoscenze andasse perso. Ma per invertire questa evoluzione bisogna reinsegnare ai giovani la scoperta del piacere dei cibi con una educazione alimentare che li avvicini al gusto degli alimenti. È necessario partire dal territorio, dal modo di raccolta e preparazione del cibo e il suo consumo deve avvenire con piacere e non esser un semplice atto di nutrizione. Contro il dilagare del "convenience food" non basta agire razionalmente trovandovi pregi e difetti per la salute. Bisogna valutare con l'aiuto dei 5 sensi (tatto, vista, udito, odorato, gusto) i sapori di un piatto e notare le differenze che procurano piacere. Infatti basta assaggiare un piatto con il naso otturato o le orecchie chiuse e il gusto sembrerà modificato così da far scartare alimenti normalmente apprezzati. Se è vero che per incrementare le vendite la grande industria alimentare usa molto il dolce, il salato e il grasso, anche sotto forme nascoste che influenzano il gusto, altre caratteristiche quali la "croccantezza" del cibo, recepita primariamente dall'udito nell'atto di masticare, sono uno stimolo per il gusto. Come riportato da Rossano Nistri nella prefazione del libro "La sfera sensoriale dell'uomo contemporaneo si è molto impoverita. Il tatto, il gusto e l'odorato, strumenti impareggiabili per una conoscenza non superficiale dell'ambiente e di se stessi, hanno subito una profonda regressione". Per questo addestrare nuovamente i sensi, riacutizzare la percezione sono aspetti fondanti della filosofia di Slow Food.

## Quattro domande a Ilario Garbani

*L'associazione persegue degli obiettivi in parte commerciali ma la forma societaria scelta è quella dell'associazione. Come mai non avete pensato a costituire una cooperativa o una società?*

In Valle abbiamo delle belle realtà: Thomas con la sua birra, Peter che produce il vino, noi con le nostre farine. Abbiamo degli obiettivi anche commerciali ma in questa prima fase ci sembra più importante condividere e divulgare ciò che facciamo, fare in modo che diventi patrimonio comune. In questo senso ci sembra che un'associazione sia lo strumento più adeguato. Non escludiamo che in futuro si possa evolvere verso un'altra forma societaria.

*Uno degli obiettivi statutari prevede la creazione di posti di lavoro. E' immaginabile creare posti di lavoro in Valle oggi?*

Sì, è possibile. E' certamente impegnativo e non possiamo immaginare di creare numerosi posti di lavoro. Ricordiamoci però che la produzione di farina era scomparsa in Valle; oggi come oggi produciamo circa 15 tonnellate l'anno: un risultato impensabile quando abbiamo iniziato! L'impegno dei produttori è cresciuto parallelamente. E d'altra parte, infine, già oggi facciamo capo a collaboratori saltuari per determinate lavorazioni o per fronteggiare momenti di forte produzione.

*Che cosa può dare l'associazione alla Valle e che cosa vi aspettate dagli Onsernonesi?* Spetta a noi farci conoscere, cercare di far capire quanto stiamo facendo: vogliamo raccontare ciò che facciamo. Ci aspettiamo di essere sostenuti, non solo finanziariamente con un'adesione. L'associazione può inoltre contribuire a far conoscere la Valle, farne conoscere i prodotti ed i produttori, creare ponti verso altri contatti. L'associazione può essere una piattaforma che apre prospettive attualmente impensabili. Un mio sogno è legato al rilancio dell'agricoltura in Valle, pensando alla coltivazione di mais, segale, ecc.

*Quali saranno i primi passi del comitato?* Proporremo inizialmente una campagna promozionale per farci conoscere. Vorremo anche raccogliere e sistematizzare tutte le conoscenze attuali sulla farina bóna per produrre nuovi materiali divulgativi e promozionali coi quali fare azioni di marketing mirate, professionali ed efficaci. C'è molto entusiasmo in comitato ed abbiamo molte idee. E poi vorremmo lanciare un appello alla popolazione della Valle: siamo alla ricerca di persone interessate ad avvicinarsi alle tecniche di produzione. Io sarei lieto di accogliere nei mulini persone volenterose e desiderose di apprendere in modo libero ed informale le tecniche di tostatura e macinazione: fatevi avanti!

## È nata l'Associazione Farina Bona

C'è un'Onsernone che pulsa dietro alle notizie di scuole che chiudono, associazioni che cessano la loro attività, paesi che si spopolano. Il 7 ottobre 2016 a Russo si è svolta l'assemblea costitutiva dell'Associazione FARINA BONA (farina sec'a) d'Onsernone.

L'assemblea, convocata sotto il patrocinio del Museo Onsernonese, dell'Associazione Mulini di Vergeletto, del Progetto Parco Nazionale del Locarnese e della Pro Onsernone, ha riunito una ventina di persone che dopo aver ascoltato una relazione introduttiva di Ilario Garbani Marcantini ha discusso ed approvato lo statuto dell'associazione.

### Una storia da riscoprire

La farina bóna (farina di granoturco ottenuta macinando molto finemente la granello precedentemente tostata) è un prodotto tipicamente onsernonese, la cui produzione è stata abbandonata verso la fine degli anni 60 del secolo scorso. Il suo passato è tutt'ora avvolto nel mistero: quando si è cominciato a produrla? Perché in Valle Onsernone si tostava il mais prima di macinarlo? Non vi sono certezze, al momento, ma diverse ipotesi che Ilario Garbani Marcantini ha illustrato nella sua introduzione. E proprio per conoscere meglio un tassello importante della nostra storia, l'associazione si prefigge anche di coordinare le ricerche storiche inerenti il tema delle macinazioni e dell'alimentazione in valle.

### Creare posti di lavoro in Valle

Ma la neocostituita associazione vuole soprattutto essere attiva nel presente e proiettata nel futuro. La globalizzazione mondiale ha infatti favorito la diffusione di cibi ed abitudini alimentari inimmaginabili anche solo quarant'anni fa; parallelamente ha stimolato la riflessione sui consumi, la ricerca sulle tradizioni e la voglia di riscoprire alimenti locali, prodotti in modo ecosostenibile.

La riscoperta della farina bóna, sotto l'impulso del Museo Onsernonese che nel 1991 ha ultimato il restauro del Mulino di Loco, ed il successivo rilancio con l'incommensurabile impegno di Ilario Garbani Marcantini ha beneficiato di questa rinnovata attenzione per prodotti locali. Il movimento Slow Food ha per esempio accolto già dal 2001 la farina bóna nell'Arca del Gusto e nel 2000 come Presidio Slow Food.



La farina bóna è oggi un prodotto ben conosciuto e distribuito in Ticino: ha saputo affermarsi sia nel commercio al dettaglio (piccola e grande distribuzione) sia nella gastronomia (gelateria, pasticceria e ristorazione). Meno conosciuta nel resto della Svizzera ha valicato anche il confine, soprattutto verso l'Italia (gelaterie, ristoranti e pizzerie). Sui banchi vendita la farina bóna è affiancata da vari prodotti derivati: biscotti, creme da spalmare (tra cui la Bonella prodotta in Valle), yoghurt, gelati, miscele di polenta (tra cui la Polenta Onsernone prodotta nei Mulini di Loco e Vergeletto), pasta fresca e secca.

Come ha ricordato Ilario Garbani Marcantini durante l'assemblea "Ci sono oggi le premesse per creare un indotto economico anche in valle, grazie alla reputazione che la farina bóna ha saputo crearsi: produrre prodotti validi con prospettive economiche interessanti per la valle è oggi possibile. La costituzione dell'associazione vuole essere un nuovo impulso a favore di ulteriori sviluppi."

In questo senso l'associazione vuole contribuire allo sviluppo economico dell'Onsernone attraverso la promozione della produzione Onsernonese di farine e dei prodotti derivati, l'analisi dei mercati, l'organizzazione della comunicazione e del marketing, la coordinazione dello smercio e la creazione di posti di lavoro in valle. Dopo l'approvazione dello statuto l'assemblea ha eletto per acclamazione il comitato, di cui fanno parte: Ilario Garbani Marcantini (presidente), Thomas Lucas, Peter Rüesch, Marco Morgantini, Stella Koch, Roberto Grizzi, Alessandro Speziali.

## Etichetta narrante

*Non mangiare niente che la tua bisnonna non riconosce come cibo*  
Michael Pollan, *In difesa del cibo*  
Slow Food propone una nuova etichetta – o per meglio dire, una “contro-etichetta” – che non sostituisce l’etichetta legale ma la affianca e, accanto alle indicazioni previste dalla legge, fornisce informazioni sui produttori, sulle varietà vegetali e sui territori dove sono coltivate, sulle razze animali allevate, sulle tecniche di coltivazione, di allevamento e di lavorazione, sul benessere animale, ...

*Per giudicare la qualità di un prodotto, infatti, non bastano analisi chimiche o fisiche e non è sufficiente neppure la degustazione. Qualunque approccio tecnico non tiene conto di ciò che sta alle spalle di un prodotto – l’origine, la storia, la tecnica di trasformazione – e non consente al consumatore di capire se un cibo è prodotto nel rispetto dell’ambiente e della giustizia sociale.*

*La comunicazione che accompagna normalmente i prodotti infatti, spesso è mistificante: fa riferimento a mondi contadini colmi di poesia, presunte tecniche tradizionali, vaghi richiami a sapori antichi. Elementi evocativi in realtà lontanissimi dalle effettive qualità dei prodotti pubblicizzati. Lo testimoniano gli elenchi di additivi e ingredienti di natura ignota ai più riportati sulle etichette dei prodotti che riponiamo nei nostri carrelli della spesa, lontani anni luce dalle immagini e dagli slogan della pubblicità, e scarseggiano le informazioni che possano consentire scelte consapevoli. Spesso sono addirittura i prodotti più sani e autentici a essere penalizzati: le loro etichette sono legali ma scarse, e non rendono giustizia ai formaggi, ai dolci, ai salumi straordinari sui quali sono applicate. Secondo Slow Food, la qualità di un prodotto alimentare è innanzi tutto una narrazione, che parte dall’origine del prodotto (il territorio) per raccontare tutte le fasi successive di lavorazione. Soltanto la narrazione può restituire al prodotto il suo valore reale.*

**Slow Food Ticino:**  
ora siamo anche su Facebook



## Pane lento

Si è tenuto, il 1 dicembre 2016, a Bellinzona, un evento interessante attorno al tema del pane

A promuoverlo è stata ConProBio, assieme a Bioticino e Slow Food. Dopo la visione d’un documentario di Lila Ribì: “Pain vivant” riguardante il lavoro del panettiere Marc Haller attivo nel Giura Vodese sono seguite le testimonianze di panettieri presenti in Ticino. Interpellati da Meret Bissegger, hanno raccontato esperienze, difficoltà, soddisfazioni nel produrre pane a lenta fermentazione, sapendo interpretare ogni insidia presente nei minimi particolari: l’umore di chi lo lavora, il vento, l’umidità, i misteri del lievito ecc... Si sono quindi potuti conoscere e poi incontrare: Alain Philippona di Tenero, Michel Mehlreter di Losone, Marius Hoecki di Pane Lento a Paradiso.

E’ seguita la degustazione di pani straordinari e oltremodo variegati da loro prodotti a cui si sono aggiunti quelli di Eros Mella di Brione Verzasca. Accompagnati dalle salse di Meret, formaggini e paté dei produttori di ConProBio, hanno permesso al folto pubblico presente, di assaporare una gamma di gusti, a volte sconosciuti, ma comunque tutti raffinati e sorprendenti.

La presenza di Slow Food voleva essere occasione per sottolineare Il Terra Madre Day. E quale prodotto, richiama la terra, se non il pane con la sua straordinaria storia?

Infatti il pane è “tra coltura e cultura, tra coltivazione della terra e sapienza di vita”, come afferma Predrag Matvejevic nel suo straordinario libro: Pane nostro. E’ proprio la sapienza dell’uomo che, a contatto con la terra, ha saputo trarre da essa un elemento tanto indispensabile per la vita.

D’altra parte il salmo 104 afferma: “L’uomo trae il pane dalla terra”. Trarre il pane dalla terra diventa appunto quel gesto che trasforma il coltivare in cultura di vita.

Oggi c’è senza dubbio una ripresa di attenzione da parte di molti panificatori, come ha dimostrato la serata, per recuperare un rapporto diverso con il pane e prima ancora con la terra e i semi che vi vengono posti.

D’altra parte va ricordato che proprio in Sicilia vi è un presidio Slow Food per salvare gli antichi semi di grano presenti in quell’isola. Non va dimenticato che, delle circa 500 specie presenti sulla terra, 250 sono radicate in Sicilia.

Questo sforzo di recupero delle varietà quasi scomparse, abbinato a metodi di panificazione che recuperano arti antiche per farle dialogare con nuovi saperi ( basti pensare al grande e complesso tema del lievito madre) rappresenta una sfida che deve essere sostenuta con vigore e coraggio dando nuova consapevolezza al consumatore. Oggi si conosce il prezzo di ogni cosa, ma il valore di nessuna.

Dentro questa grande contraddizione dobbiamo operare, per sanarla, per ricostituire un rapporto adeguato tra coltura e cultura.

Pitagora diceva che “L’Universo comincia con il pane”. L’iniziativa del primo dicembre ha voluto, in qualche modo sottolineare quella dimensione, fermandoci appunto a riflettere sul pane, ad assaporarlo e a rispettarlo.

Seguire la storia del pane significa seguire, in gran parte, la storia dell’uomo, della fame e della ricchezza, della guerra e della pace, della violenza e della benevolenza. Condividere o negare il pane significa dare o togliere vita.

Iniziando il suo libro, sempre Matvejevic dice: “E’ nato nella cenere, sulla pietra. Il pane è più antico della scrittura e del libro. I suoi primi nomi sono stati scritti su tavolette d’argilla in lingue ormai estinte. Parte della sua storia è rimasta tra le rovine”. Togliamo dunque questo grande simbolo dell’umanità da amnesie e dimenticanze, rimettiamolo al centro del lavoro artigiano di coltivatori e produttori per assaporarne i suoi infiniti gusti. Gusteremo anche quelli della terra.

Mario Ferrari

\*Pain vivant  
<https://vimeo.com/125604311>

---

### Slow Food Ticino

Mario Ferrari  
6864 Arzo

tel. 079 504 35 03

[www.ticino@slowfood.ch](mailto:www.ticino@slowfood.ch)  
[ticino@slowfood.ch](mailto:ticino@slowfood.ch)

---

### Slow Food Svizzera

Flurin Conradin  
3063 Ittigen

tel. 043 928 72 22

[www.slowfood.ch](http://www.slowfood.ch)  
[info@slowfood.ch](mailto:info@slowfood.ch)

---

Per nuove adesioni, cambiamenti di indirizzo, dimissioni:

[mitgliederverwaltung@slowfood.ch](mailto:mitgliederverwaltung@slowfood.ch)