

La dieta mediterranea in un incontro culturale gastronomico all'hotel De La Ville

Data: 4 settembre 2011 | Autore: Redazione



CILENTO INCOMING & ANTIPASTI D'ITALIA PRESENTATI DALLO CHEF UMBERTO VEZZOLI

Roma, 09 aprile 2011 - La dieta mediterranea, patrimonio dell'Unesco, sarà la protagonista di un incontro tendente a presentare re da ricordare al grande pubblico i prodotti alimentari del Cilento e del Vallo di Diano.[MORE]

E' proprio in questo angolo di mondo, quasi sconosciuto ai più, che si sono sviluppati gli studi che hanno poi portato la scienza alimentare ad affermare che la dieta mediterranea è salutare, sana perchè basata su legumi, verdure, pesce, olio di oliva, di origine "povera", ma strettamente naturali, proprio come dovrebbe essere il metodo di vita dell'uomo di oggi che purtroppo non trova più neppure il tempo di preparare una minestra, una pasta fatta in casa e deve rivolgersi al fast food.

Il Cilento si è guadagnato la fama di paradiso della gastronomia naturale grazie agli studi di un medico fisiologo americano che, nel 1942, studiando intorno alla epidemiologia delle malattie cardiovascolari, elaborò la teoria secondo la quale l'alimentazione sbagliata è alla base di tali patologie e, al riguardo, ebbe ad elaborare una "cura" basata su una alimentazione che – guarda caso – era proprio quella che gli abitanti dell'allora poverissimo Cilento praticavano.

Durante la seconda guerra mondiale, il nostro Keys, creò le basi per la alimentazione di sussistenza

dell'esercito americano, elaborando una dieta che divenne poi nota come "Razione K".

Ebbene, proprio in quest'angolo meraviglioso di mondo che affaccia sul "mare nostrum", in piena area legata ai saperi antichi della magna Grecia, Keys studiò profondamente le abitudini, i comportamenti alimentari, gli stili di vita della popolazione riuscendo così a stabilire il nesso tra buona salute e prodotti della terra.

Località come, Paestum, , Castelcivita, Pertosa, Velia, l'intero golfo di Policastro, la Certosa di Padula, l'Oasi del fiume Alento, insomma quello che costituisce oggi l'intero Parco del Cilento e Vallo di Diano (riconosciuto come Patrimonio mondiale dell'Umanità nel 1998), vennero esaminate, studiate attentamente ed attentamente fatte oggetto di elaborati studi statistici i quali portarono alla conclusione che l'alimentazione degli abitanti di quella piccola area del grande Mediterraneo erano quelli che mangiavano più sano e che, naturalmente, soffrivano in minore misura delle patologie cardiovascolari.

La particolare biodiversità, la cultura, lo sviluppo compatibile con la natura, gli habitat naturali del Parco, antichi sentieri, borghi di una bellezza che sfiorano la meraviglia, contribuiscono a rendere questi luoghi unici, attraenti, particolarmente desiderabili in quanto vere oasi di pace in grado di saziare la fame di bellezze che solo un occhio umano particolarmente sensibile è in grado di afferrare nell'aria e nei panorami di paesini dolcissimi quali Scario o il vicino Sapri, reso famosa dal grande Luigi Mercantini con la sua ode " La spigolatrice " dedicata ai trecento di Carlo Pisacane sbarcati in zona per accendere i fuochi della rivoluzione nel Regno delle Due Sicilie.

Come non ricordare le Grotte di Pertosa, il centro storico di Teggiano, la Valle delle Orchidee di Sassano, il Convento di Polla, il Battistero di Sala Consilina ? E come non volgere lo sguardo ai prodotti della gastronomia locale come il Bicchinotto teggianese, il Tunnuliddo, le polpette padulesi o il carciofo bianco di Pertosa?

La tradizione formatasi intorno agli anni '40 ad opera del Dott. Keys ha fatto da battistrada al rilancio dell'area cilentina fino ad arrivare ai giorni nostri quando un gruppo di 150 imprenditori dell'area compresa tra Paestum e Agropoli, Ascea e Casalvelino, Santa Maria di Castellabate, Camerata e la sua Marina, Palinuro ha dato via ad una organizzazione che, allo scopo di implementare i pochi flussi turistici che affluivano nella intera zona a sud di Salerno, sostiene ora ed asseconda l'azione dei tour operators italiani ed esteri: nasce quindi " Cilento Incoming " che agisce su tutte le branche del settore turistico, da quello puramente balneare a quello archeologico, da quello ambientale e rurale a quello gastronomico fino a toccare anche quello del settore dedicato alla terza età.

E proprio nell'ambito del rilancio e nella diffusione della conoscenza delle tradizioni del Cilento e delle sue bellezze, nonché della sua cultura di origine greca che domenica 10 aprile " Cilento Incoming " presenterà, con il sostegno di Slow Food, gli " Antipasti d'Italia ", un incontro cultural-gastronomico tendente alla riscoperta degli antipasti mediterranei legati alla tradizione contadina: mozzarella, latticini, salumi, sott'oli e sottaceti, vini che lo chef Umberto Vezzoli, insieme al Presidente del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano illustreranno, presente il Presidente di Cilento Incoming, nelle loro caratteristiche nutrizionali in generale e nel loro valore socio economico del territorio dal quale provengono.

Ricordiamo che Umberto Vezzoli è lo chef dell'Hotel Inter Continental De La Ville Roma, Via Sistina uno dei più prestigiosi alberghi romani, albergo che per le sue caratteristiche di internazionalità estrema e ben in grado di rappresentare le caratteristiche di una zona mediterranea bella ed ancora relativamente poco conosciuta, ricca di cultura, arte e soprattutto di prodotti naturali che " aiutano " a vivere bene ed in salute.

(notizia segnalata da andrea gentili)

