

GUSTO SANO

Luglio 2015

**MANGIAMO CON COSCIENZA**  
Come stimolare la creatività a tavola

**PRESIDI SLOW FOOD**  
Dove risiede l'eccellenza italiana

**ALIMENTAZIONE BIO**  
Qualità a costi contenuti

gusto sano

€ 4,50 MENSILE #14/15-Luglio/Agosto 2015

# gustoSano

*migliora la tua vita un pasto alla volta*

## IL LATO "SALATO"

### *della frutta*

**TANTE RICETTE  
IN CUI È DAVVERO  
PROTAGONISTA**

**DAL FREEZER  
ALLA TAVOLA**  
I SEGRETI PER SURGELARE  
E SCONGELARE SENZA  
PERDERE IN QUALITÀ

**INSALATA  
CHE PASSIONE!**  
INTERPRETAZIONI CREATIVE  
GRAZIE A VINAIGRETTE O  
SALSE RIGOROSAMENTE  
FATTE IN CASA

**PREPARARE UNA  
CENA CON MENO  
DI 15 EURO**  
CON PIATTI ECONOMICI,  
APPETITOSI... E MOLTO  
FACILI DA REALIZZARE!

**BARBECUE  
DI PESCHE  
E PETTI DI  
POLLO**

**9 INCREDIBILI AIUTI  
ALIMENTARI PER IL CERVELLO**

9 772284 346006 5 0015 >  
EDIZIONI TIRRENO





Gelato  
64

# Gioco d'Azoto

Privo di additivi, conservabile e certificato bio.  
A Bergamo apre Al d. mangiami, la gelateria che offre un prodotto sano e realizzato con una tecnica "naturalmente" innovativa

**APPARENTEMENTE TECNOLOGICO, MODERNO E DISTANTE DALLA PRASSI, L'AZOTO È IL PRINCIPALE INGREDIENTE DEL GELATO ARTIGIANALE REALIZZATO DALL'AZIENDA AL D. MANGIAMI.** Presso la sede di Bergamo, il titolare Marios Gerakis ha inaugurato, lo scorso mese, il nuovo punto vendita presentando alla stampa l'ingrediente "segreto", che gli consente di realizzare una produzione veramente artigianale, con un impiego di materie prime a basso contenuto energetico, senza grassi e artificiali. Solo frutta, zuccheri e H<sub>2</sub>O per i gelati alla frutta; base di latte, panna, zuccheri e l'ingrediente che ne caratterizza il gusto, per quelli alle creme. Tre ingredienti per i gusti alla frutta, cinque per quelli alle creme e nient'altro se non l'arte del gelataio. "Ciò che permette ad Al d. mangiami di realizzare un vero gelato, e di esibire con orgoglio un cartello 'ingredienti naturali al

100%' - ha raccontato Gerakis - è l'impiego dell'azoto nella lavorazione. Si tratta di una sostanza inerte, quindi non pericolosa, che evapora completamente e compone il 78% dell'aria che respiriamo. L'azoto abbatta la temperatura così velocemente da non permettere la creazione di cristalli di ghiaccio, in modo da regalare al palato sapori più vivi. Perché con l'azoto, è bene saperlo, non si bara. Esso è infatti un'eccellente cartina tornasole sulla qualità delle materie prime, vista la sua capacità di restituire al palato i sapori intatti di frutta, latte e verdura. Se una fragola non è eccellente, per esempio, il risultato sarà un gelato scadente. Il gelataio, attraverso questo sistema, non deve più comprare nessun prodotto semilavorato o industriale, ma può lavorare su materie prime a basso contenuto energetico, senza grassi ed emulsionanti. Nient'altro, se non la sua arte".







L'azoto abbatte la temperatura così velocemente da non permettere la creazione di cristalli di ghiaccio, in modo da regalare al palato sapori più vivi



### Innovazione in gelateria

Nel laboratorio di Al d. mangiami non c'è nessuna delle macchine utilizzate in una normale gelateria, solo un grande thermos, dove vengono contenuti 200 litri di azoto liquido (a -196°) e una planetaria. Marios Gerakis mescola il passato di frutta con gli zuccheri, per misurare il grado zuccherino. Per farlo utilizza un rifrattometro, per poi miscelare i composti e, dopo la pastorizzazione, aggiungere l'azoto. L'effetto è straordinario: dalla planetaria si sprigiona una nuvola bianca di vapore, e pochi istanti dopo il gelato è pronto. Il gelato all'azoto Al d. mangiami non è solo estemporaneo (uno spazio del locale è dedicato al consumo immediato): la vera particolarità è l'offerta di un prodotto conservabile, quindi ideale per il cono e per l'asporto, senza l'impiego di additivi. Grazie a questa metodologia, il brand Al d. mangiami è stato riconosciuto dalla Camera di Commercio di Bergamo come azienda innovativa, distinguendosi, dalle altre circa 3.500 realtà italiane, come unica impegnata nella

produzione di cioccolato e gelato. A questo proposito Gerakis ha sottolineato: "Numerose prove empiriche, approfondimenti scientifici e chimici, mi hanno condotto a produrre un alimento sano dalle caratteristiche uniche, inesistente almeno in Europa. Il gelato Al d. mangiami viene realizzato senza l'aggiunta di proteine animali o vegetali e di fibre, ed è libero da qualsiasi additivo, sintetico e naturale. Questo prodotto è adatto anche a chi ha problemi di allergie o a chi segue i dettami vegani. La sua realizzazione e le sue principali caratteristiche hanno permesso al brand di intraprendere il percorso per l'ottenimento della certificazione "bio", andando ben oltre le richieste della normativa che ammette, invece, anche l'utilizzo di alcuni additivi". Alla naturalità, si aggiungono i principi di eco-sostenibilità. La gelateria impiega solo palette, cucchiaini, coppette e copri-cono biodegradabili al 100%. "Si tratta della prima gelateria in Italia che osa convertire tutta la produzione all'azoto liquido», ha anche aggiunto, nel corso dell'inaugurazione, Davide Cassi, professore di Fisica della

Materia, direttore del Laboratorio di Fisica Gastronomica all'Università di Parma e docente di Gastronomia Molecolare all'Accademia ALMA di Colono. "L'azoto è una sostanza inerte, quindi non pericolosa e nella sua forma liquida serve a raffreddare rapidamente. Si tratta del più potente abbattitore che esista in campo alimentare. Se io raffreddo rapidamente, la struttura della materia cambia radicalmente. Per esempio non si formano i cristalli di ghiaccio, è tutto estremamente cremoso, i colori sono più vivi e il gelato non congela la bocca, fenomeno questo dovuto solitamente alla presenza di ghiaccio. Inoltre, se c'è un difetto nella materia prima, l'azoto liquido lo fa emergere. Quindi diventa esso stesso una garanzia sull'ingrediente utilizzato. È chiaro poi che la mano e la ricetta del gelataio fanno la differenza". Tra i tanti vantaggi del gelato all'azoto liquido c'è dunque anche la conservazione della materia, che allontana dall'idea di un gelato estemporaneo, da consumare subito. Una grande innovazione dal punto di vista tecnologico. ●



Gelato  
64

# Gioco d'Azoto

Privo di additivi, conservabile e certificato bio.  
A Bergamo apre Al d. mangiari, la gelateria che offre un prodotto sano e realizzato con una tecnica "naturalmente" innovativa

**APPARENTEMENTE TECNOLOGICO, MODERNO E DISTANTE DALLA PRASSI, L'AZOTO È IL PRINCIPALE INGREDIENTE DEL GELATO ARTIGIANALE REALIZZATO DALL'AZIENDA AL D. MANGIARI.** Presso la sede di Bergamo, il titolare Marios Gerakis ha inaugurato, lo scorso mese, il nuovo punto vendita presentando alla stampa l'ingrediente "segreto", che gli consente di realizzare una produzione veramente artigianale, con un impiego di materie prime a basso contenuto energetico, senza grassi e artificiali. Solo frutta, zuccheri e H<sub>2</sub>O per i gelati alla frutta; base di latte, panna, zuccheri e l'ingrediente che ne caratterizza il gusto, per quelli alle creme. Tre ingredienti per i gusti alla frutta, cinque per quelli alle creme e nient'altro se non l'arte del gelataio. "Ciò che permette ad Al d. mangiari di realizzare un vero gelato, e di esibire con orgoglio un cartello 'ingredienti naturali al

100%' - ha raccontato Gerakis - è l'impiego dell'azoto nella lavorazione. Si tratta di una sostanza inerte, quindi non pericolosa, che evapora completamente e compone il 78% dell'aria che respiriamo. L'azoto abbatta la temperatura così velocemente da non permettere la creazione di cristalli di ghiaccio, in modo da regalare al palato sapori più vivi. Perché con l'azoto, è bene saperlo, non si bara. Esso è infatti un'eccellente cartina tornasole sulla qualità delle materie prime, vista la sua capacità di restituire al palato i sapori intatti di frutta, latte e verdura. Se una fragola non è eccellente, per esempio, il risultato sarà un gelato scadente. Il gelataio, attraverso questo sistema, non deve più comprare nessun prodotto semilavorato o industriale, ma può lavorare su materie prime a basso contenuto energetico, senza grassi ed emulsionanti. Nient'altro, se non la sua arte".







L'azoto abbatte la temperatura così velocemente da non permettere la creazione di cristalli di ghiaccio, in modo da regalare al palato sapori più vivi



### Innovazione in gelateria

Nel laboratorio di Al d. mangiami non c'è nessuna delle macchine utilizzate in una normale gelateria, solo un grande thermos, dove vengono contenuti 200 litri di azoto liquido (-196°) e una planetaria. Marios Gerakis mescola il passato di frutta con gli zuccheri, per misurare il grado zuccherino. Per farlo utilizza un rifrattometro, per poi miscelare i composti e, dopo la pastorizzazione, aggiungere l'azoto. L'effetto è straordinario: dalla planetaria si sprigiona una nuvola bianca di vapore, e pochi istanti dopo il gelato è pronto. Il gelato all'azoto Al d. mangiami non è solo estemporaneo (uno spazio del locale è dedicato al consumo immediato): la vera particolarità è l'offerta di un prodotto conservabile, quindi ideale per il cono e per l'asporto, senza l'impiego di additivi. Grazie a questa metodologia, il brand Al d. mangiami è stato riconosciuto dalla Camera di Commercio di Bergamo come azienda innovativa, distinguendosi, dalle altre circa 3.500 realtà italiane, come unica impegnata nella

produzione di cioccolato e gelato. A questo proposito Gerakis ha sottolineato: "Numerose prove empiriche, approfondimenti scientifici e chimici, mi hanno condotto a produrre un alimento sano dalle caratteristiche uniche, inesistente almeno in Europa. Il gelato Al d. mangiami viene realizzato senza l'aggiunta di proteine animali o vegetali e di fibre, ed è libero da qualsiasi additivo, sintetico e naturale. Questo prodotto è adatto anche a chi ha problemi di allergie o a chi segue i dettami vegani. La sua realizzazione e le sue principali caratteristiche hanno permesso al brand di intraprendere il percorso per l'ottenimento della certificazione "bio", andando ben oltre le richieste della normativa che ammette, invece, anche l'utilizzo di alcuni additivi". Alla naturalità, si aggiungono i principi di eco-sostenibilità. La gelateria impiega solo palette, cucchiaini, coppette e copri-cono biodegradabili al 100%. "Si tratta della prima gelateria in Italia che osa convertire tutta la produzione all'azoto liquido», ha anche aggiunto, nel corso dell'inaugurazione, Davide Cassi, professore di Fisica della

Materia, direttore del Laboratorio di Fisica Gastronomica all'Università di Parma e docente di Gastronomia Molecolare all'Accademia ALMA di Colono. "L'azoto è una sostanza inerte, quindi non pericolosa e nella sua forma liquida serve a raffreddare rapidamente. Si tratta del più potente abbattitore che esista in campo alimentare. Se io raffreddo rapidamente, la struttura della materia cambia radicalmente. Per esempio non si formano i cristalli di ghiaccio, è tutto estremamente cremoso, i colori sono più vivi e il gelato non congela la bocca, fenomeno questo dovuto solitamente alla presenza di ghiaccio. Inoltre, se c'è un difetto nella materia prima, l'azoto liquido lo fa emergere. Quindi diventa esso stesso una garanzia sull'ingrediente utilizzato. È chiaro poi che la mano e la ricetta del gelataio fanno la differenza". Tra i tanti vantaggi del gelato all'azoto liquido c'è dunque anche la conservazione della materia, che allontana dall'idea di un gelato estemporaneo, da consumare subito. Una grande innovazione dal punto di vista tecnologico. ●