

Le intolleranze a tavola

Progetto no glutine, un libro di Luca Barbieri

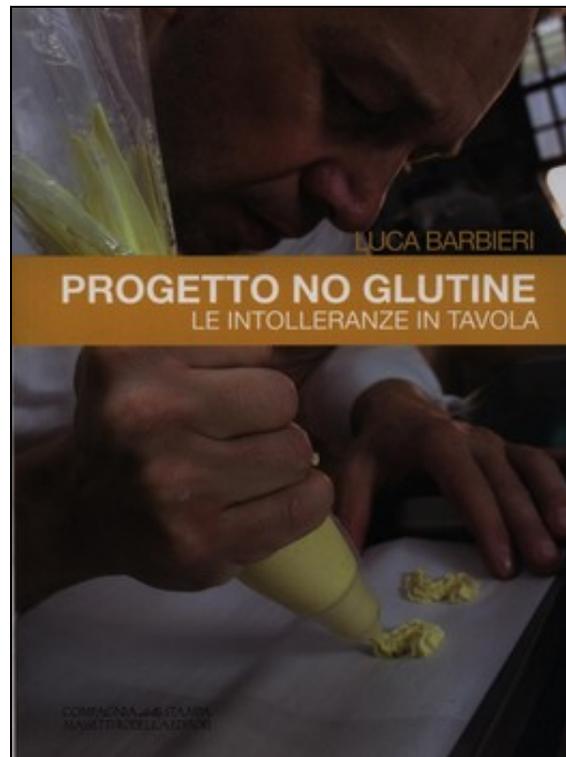
 Versione stampabile  La tua opinione

 Invia ad un amico  Photogallery

Condividi con:

di Luca Quaresmini

Brescia - Partendo dall'esplicita considerazione che *"le persone celiache non debbano nutrirsi di fac-simili, ma di alimenti con un loro gusto ed una loro identità: la mancanza di una sostanza, sebbene importante, come il glutine, non può relegare questi prodotti a surrogati di altri"*, l'executive chef, tra l'altro, insignito del titolo "Grand cordon d'or de la cuisine française", Luca Barbieri di Urigo Mella (Brescia), sviluppa nel libro **"Progetto no glutine - le intolleranze a tavola"** quanto è già in premessa assicurato dalle pagine introduttive della pubblicazione stessa, attraverso la specificazione messa in risalto dal contributo d'analisi esplicativo di tale aspetto a firma del dr. Claudio Macca, presidente ADI Lombardia - direttore dell'Unità Dipartimentale di Dietetica e Nutrizione Clinica degli Spedali Civili Riuniti di Brescia: *"Nel libro di Luca vi è un'attenta descrizione dei preparati necessari ed insostituibili per la preparazione di pasti gastronomicamente evoluti per i celiaci: nella storia le diete hanno più proscritto che prescritto un cumulo di proibizioni da cui la gastronomia era espulsa ed emarginata e, tra digiuno e restrizione, la malattia sviluppava tutto il suo potenziale distruttivo sul corpo e sull'anima"*.



Luca Barbieri che è già autore di *"Semplicemente cucina, regimi dietetici speciali no glutine"*, *"Stile libero, tecniche e ricette fra tradizione ed innovazione con il sottovuoto"* ed *"Athletic Culinary book"*, ha documentato in un apposito mezzo divulgativo una sua articolata ed approfondita ricerca sperimentale, maturata sul campo culinario, attraverso l'edizione che **"La Compagnia della Stampa"** proporziona dettagliatamente alle circa duecentodieci pagine del libro "Progetto no glutine - le intolleranze a tavola" in una pratica pubblicazione di studio e di consultazione che Corrado Corradini di "Cucina Semplicemente - Cultura Culinaria Benessere" indica dalle stesse sue pagine iniziali come *"un vademecum per il celiaco ed è un libro che non può assolutamente mancare nelle cucine di ognuno di noi. Luca Barbieri ha definitivamente sancito la fine di piatti scialbi ed insapore perché privi di glutine: grazie a lui i celiaci possono tornare ad una tavola a colori"*.

L'opera, frutto di sei anni di gestazione perché se ne conformasse la versione definitiva in relazione allo studio a cui intende rendersi fattiva, emerge dallo sfondo contestuale al proprio diretto ambito d'applicazione a cui accenna, tra l'altro, il dr. Massimo Artorige Giubilesi, tecnologo alimentare, TUV Proficert Food Safety Expert, nello scrivere, a cappello della propria presentazione posta ad esordio della doppia decade dei capitoli con i quali il volume concretizza la propria mirata estrinsecazione: *"La sicurezza alimentare è un concetto fondamentale nella somministrazione di alimenti salubri e graditi ai consumatori di ogni età, con particolare riguardo ai soggetti fragili, quali possono essere bambini, malati e anziani. Gli operatori del settore agro-alimentare, secondo i propri ruoli di responsabilità nella filiera (produzione, trasformazione, distribuzione, vendita, somministrazione), sono chiamati a possedere tutta una serie di qualità: sensibilità, conoscenze e competenze sanitarie, nutrizionali e tecnologiche approfondite. Tutto questo è necessario al fine di applicare procedure efficaci per tutelare la salute dei consumatori sotto il profilo igienico e nutrizionale"*.

Da questa considerazione si diparte un'interessante chiave di lettura del libro che l'autore spiega di avere pubblicato per "la promessa fatta a mia madre di scrivere qualche cosa sulla sperimentazione che caratterizzava il mio percorso

professionale", legandosi alla constatazione che, come evidenzia a proposito della celiachia il prof. Alberto Lanzini della Cattedra di Gastroenterologia dell'Università di Brescia *"questa intolleranza alimentare è molto diffusa nella popolazione di tutto il mondo (1 celiaco su 100 soggetti) e la sua frequenza è in progressivo aumento. L'unica terapia al momento disponibile per consentire la guarigione consiste nel seguire una dieta priva di glutine che escluda cioè i cereali tossici, che sono frumento, orzo e segale: questo significa niente pane, niente pasta e niente alimenti che contengano tracce di farine di detti cereali."*

Punto di svolta a questa premessa di tematica contestualizzazione è il superamento del problema correlato al dato di fatto che "uno degli ostacoli all'aderenza della dieta è costituito dalla scarsa palatabilità della dieta agglutinata", attraverso l'ampia proposta diversificata per il tramite della trasformazione delle possibili risorse d'utilizzo senza glutine, promossa secondo un proprio stile dallo chef Luca Barbieri, impegnato anche come docente e formatore, che nel suo libro fornisce *"indicazioni utili al paziente per affrancarsi dal prodotto agglutinato pre-confezionato che non infrequentemente è particolarmente ricco in zuccheri ed in grassi proprio al fine di favorirne la palatabilità"*.

L'autore riesce in questo intento indicando come materia prima "i mix di farine senza glutine sui quali è praticata la sperimentazione con gli altri ingredienti al fine di ottenere i giusti impasti", secondo un'accortezza che, nel segnalare la necessità di strumentazioni dedicate, al fine di evitare la contaminazione crociata con tipi di lavorazioni promiscue e nel consigliare l'opportunità di una risoluzione adottata a favore di "mix specifici di farine e di amidi prodotti dalle aziende, perché esse utilizzano prodotti di eccellente qualità", segnala, al tempo stesso, il pratico appunto che *"per la mia scelta tecnica e considerando i risultati ottenuti prediligo la farina di semi di guar e, in alcuni casi particolari, lo xantano: le loro caratteristiche consentono di ottenere risultati eccellenti"*.

Risultati che Luca Barbieri diluisce su un piano attuativo denso di possibilità culinarie scrivendo, tra l'altro, di volere *"divulgare un messaggio reale e concreto: le ricette non sono statiche, ma ognuno di noi le può modificare in base al proprio estro, o correggerle in base al mix di farine preferito che non sempre assomiglia a quello della marca concorrente, perché gli ingredienti che li compongono sono a volte diversi e miscelati in percentuale differente"*.

Nel libro "Progetto no glutine – le intolleranze a tavola" dietro quanto appare nella praticità rivelata di ogni ricetta che è spiegata in ogni suo passaggio *"si cela un lavoro di mesi o forse di anni di prove spesso deludenti che partono dalla materia prima, passano dalla lavorazione, la lievitazione, la cottura, lo stoccaggio, senza trascurare l'aspetto fondamentale del gusto"*.

La garanzia di efficacia gastronomica è comprovata dalla buona riuscita delle stesse pratiche indicazioni di lavoro ai fornelli, come è testimoniato da quella ricerca suffragata da anni di applicazione nel settore culinario nella quale l'autore ha impresso una particolare traccia d'armonia di insieme degli elementi utili per un salto di qualità, sperimentato entro la sfida dettata dalle regole restrittive che sono imposte da una peculiare e comprensibile dieta condizionata dalla necessità di uno specifico regime alimentare.

Per l'autore questi limiti di desistenza, circa un ristretto campo d'assunzione alimentare, che rovesciano la prospettiva della tradizionale alimentazione secondo l'invalso retaggio della cucina mediterranea, hanno rappresentato un'opportunità per aprire un fattibile squarcio di veduta immesso su nuovi scenari di sostentamento nei quali la qualificata mediazione di un edotto criterio operativo può fare leva, in una raggiunta meta di prospettiva, sulla fruibilità di quanto si presta ad essere utilizzato per le modalità correlate a ciò che rappresenta l'oggetto di un prodotto cucinato, restituendo, in questo caso, una più generosa gamma di opportunità nella scelta culinaria alle persone affette da celiachia e da intolleranze alimentari in genere.

Data di pubblicazione: 26/03/2013 - ore 02:00