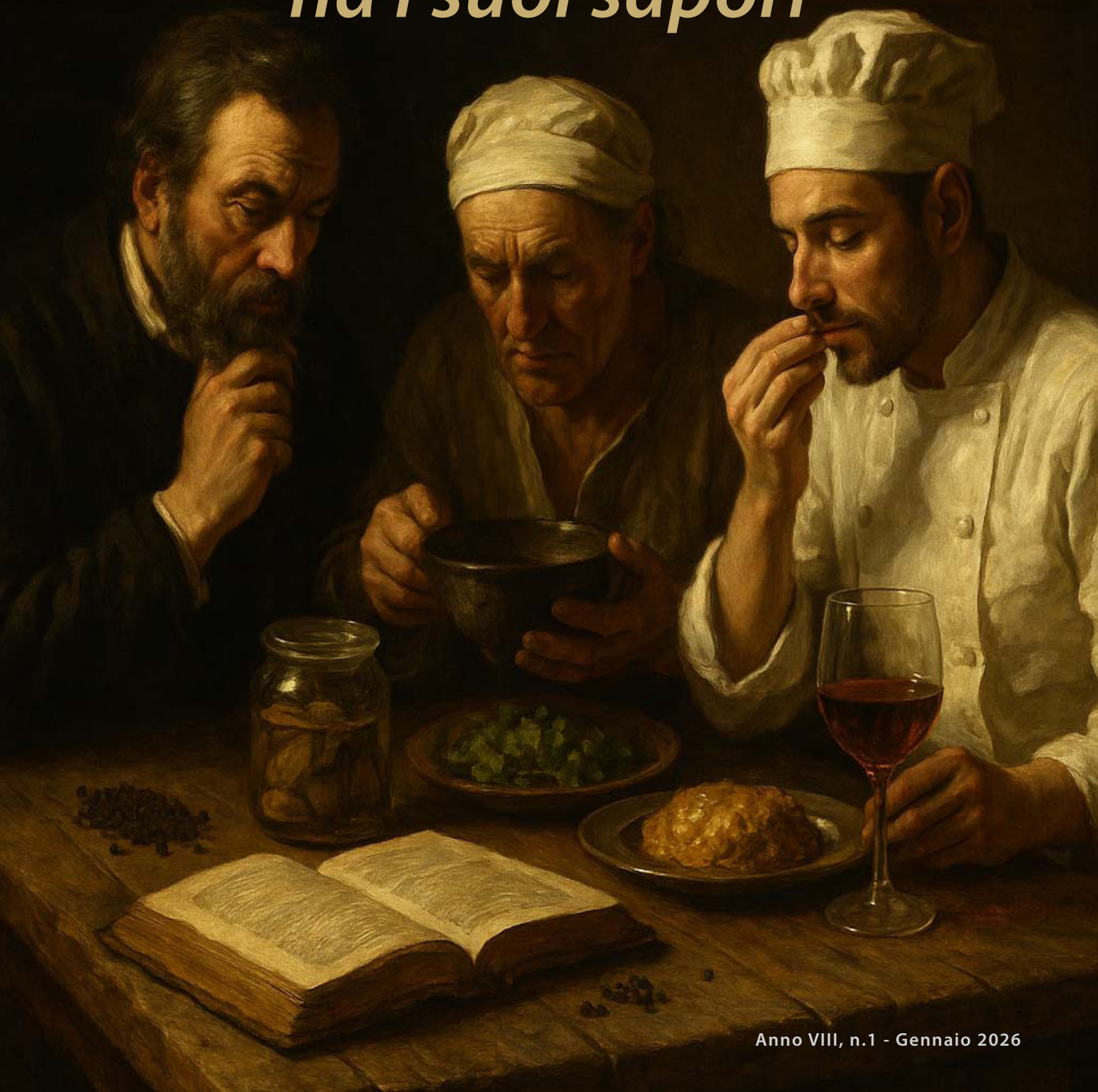


**PER
SAPERNE
DI PIÙ**

Periodico d'informazione
di Sapori da Sapere

Ogni epoca ha i suoi sapori



Anno VIII, n.1 - Gennaio 2026

Ogni epoca ha i suoi sapori

Quali saranno quelli del 2026?

Per scoprire i sapori del 2026 ci siamo rivolti al più autorevole degli esperti: Frate Indovino. Tra una luna calante e un orto biodinamico, ci ha svelato tendenze, profumi e qualche verità insospettabile. A suo dire, sembra che questi siano i sapori che ci aspettano:

Acido e fermentato: Kimchi, kombucha, miso, kefir: il gusto dell'acidità buona e viva continuerà a dominare, perché parla di salute, biodiversità e cultura. E quindi:

- Sapori "umami" e profondi – Il gusto pieno di funghi, brodi vegetali concentrati, alghe e salse fermentate: confortano, nutrono e sorprendono.
- Spezie inedite – Dal pepe di Timut al sumac, dal fieno greco all'urfa biber turco: nuove sfumature per chi è in cerca di emozioni sensoriali senza viaggiare.
- Dolce non dolce – Il 2026 vedrà un ritorno al dolce equilibrato: miele, malto, datteri, frutta secca... il piacere si fa gentile.
- Sapori locali "reinventati" – Il km 0 si fa creativo: riscoperta di piante selvatiche, erbe dimenticate, cereali antichi, con un occhio alla sostenibilità e alla memoria.

Ma anche sapori simbolici:

- Amaro e dolce insieme, come la vita: una cucina che sa raccontare contrasti, nostalgie e rinascite.
- Cibi che raccontano storie: piatti di famiglia, ricette orali, sapori che ci parlano di chi siamo stati e di chi vogliamo diventare.
- Il gusto del "meno": meno spreco, meno eccessi, ma più verità. Il gusto della sottrazione come eleganza e consapevolezza.

In sintesi, i sapori del 2026 saranno più vivi, più autentici e meno scontati. Cercheremo intensità, ma anche delicatezza. E forse, più che mai, mangeremo



per ricordare, per curarci, per stare bene.

Sempre Frate Indovino ha preparato per noi di Sapori da Sapere un menù per l'inizio del nuovo anno:

- *Berremo: Acqua aromatica fermentata al fieno e limone. Frizzante, leggera, piena di vita.*

- *Antipasto: Croccante di lenticchie antiche e topinambur con crema di kefir e polvere di alloro. Una lente sul passato, con uno sguardo al futuro.*

- *Primo: Zuppa di funghi selvatici, castagne e miso bianco, con pane di segale al vapore. Profondo, caldo, umami: un invito alla lentezza.*
- *Secondo primo: Pasta fresca integrale con crema di cime di rapa, limone fermentato e pangrattato croccante al pepe di Timut. Un classico ripensato, acido, verde, vibrante.*
- *Secondo piatto: Polpetta di ceci, noci e erbe selvatiche su crema di carote arrosto e jus di melograno. Terroso e dolce, un sapore che sa di radici e promesse.*
- *Piatto di mezzo: Caciottina locale affinata all'olio d'oliva e foglie di fico, servita con cotognata. Un connubio tra stagioni, sapienza e delicatezza.*
- *Dessert – Dolce non dolce: Tortino di datteri, mandorle e spezie con neve di yogurt e sale di vaniglia. Un finale carezzevole, ma complesso.*
- *Digestivo: Tisana di radici e scorze, con una pralina di cioccolato fondente al cumino nero.*

I Consiglieri del nostro Club, folgorati dalle previsioni, hanno già messo alle strette Luigi Martinelli, gran regista del Relais dei Principi, proponendogli di servire questo menù per brindare al nuovo anno. Coraggio, Luigi!

Che ci crediate o no, nel 2026 ne vedremo e ne assaggeremo delle belle.

Il trend dei sapori del 2026

Adesso dimentichiamo Frate Indovino e proviamo a immaginare quali piatti alternativi potranno essere inseriti nei menù del nuovo anno.

Muoviamo da alcune premesse:

- Con l'aumento della popolazione e la scarsità delle risorse, piatti a basso impatto ambientale diventeranno prioritari. Le proteine anziché essere solo da carne, arriveranno da fonti alternative come insetti, alghe o coltivazione cellulare.
- Le nuove tecnologie (CRISPR, nutrigenetica, stampa 3D) consentono di creare alimenti più nutrienti, personalizzati e resistenti al cambiamento climatico.
- Le preferenze dei consumatori, guidate soprattutto dalle generazioni più giovani, spingono per un'alimentazione sana, etica e trasparente.

Ecco uno sguardo su cosa potremmo mangiare nel 2026: **le tendenze alimentari globali indicano un'evoluzione verso sostenibilità, personalizzazione e proteine alternative.**

1. **Proteine alternative:** La carne coltivata in laboratorio diventerà disponibile in alcune aree, anche in mercati selezionati con approvazione normativa prevista nel 2026 in paesi come Australia e Nuova Zelanda.
2. **Insetti edibili,** come farine di grillo o della tarma, usate in snack, pane o barrette proteiche; prodotti già emergenti in Europa per sostenibilità e densità nutritiva.
3. **Alghe e nutrienti marini:** Alghe e seaweed diventeranno protagoniste nella dieta; ricche di proteine, ferro e antiossidanti, coltivabili in oceano senza consumo di suolo.
4. **Vegetali, legumi e cereali resilienti:** Aumenterà l'uso di legumi (lenticchie, quinoa, fagioli), pseudocereali come amaranth e fonio, meno impattanti sull'ambiente e adatti a diete varie.
5. **Alimentazione personalizzata:** L'alimentazione personalizzata, supportata da test genetici e microboota, porterà a nutrizione su misura: cibi formulati per esigenze individuali.



GASTRO
TRENDS 2026

6. **Food tech: 3D printing alimentare:** L'alimentazione stampata in 3D consentirà di produrre cibi su misura, come piatti ricchi di nutrienti e di design, anche da farine di insetti o vegetali riciclati dal cibo di scarto.
7. **Cibi funzionali e fermentati:** Crescerà la domanda di alimenti che supportano la salute dell'intestino (yogurt probiotici, kombucha, kimchi) e superfood funzionali con ingredienti attivi come curcuma, funghi medicinali, prebiotici.
8. **Trasparenza e clean label:** I consumatori vorranno etichette chiare, ingredienti naturali e packaging sostenibile; tuttavia, i cibi "senza" (free from) continueranno a essere popolari.

Aspettiamoci piatti come:

- Burger a base di carne coltivata o combinata con proteine vegetali/insetti.
- Snack o pane arricchiti con insetti in polvere.
- Insalate con alghe e superfood di mare.
- Cereali strani come fonio o quinoa come base per piatti locali.
- Smoothie o pasti stampati in 3D su misura per le esigenze nutrizionali.
- Yogurt probiotici o bevande fermentate fatte con ingredienti naturali.
- Pasto trasparente e tracciabile da etichette pulite.

In conclusione, nel 2026 non saremo tutti a cena con bistecche di insetto, ma la dieta includerà:

1. opzioni proteiche sostenibili (carne coltivata, insetti, legumi),
 2. alghe e superfood marini,
 3. pasti personalizzati stampati in 3D,
 4. alimenti funzionali e fermentati,
 5. trasparenza e sostenibilità al centro delle scelte.
- Un mix di tradizione e innovazione per rispettare persone e pianeta.

Noi, abituati alla rassicurante cucina della tradizione, facciamo ancora fatica a immaginare scenari così "avveniristici". Eppure, alcuni dei piatti citati compaiono già nei menu di diversi ristoranti del Nord Italia.

I SAPORI DEL PASSATO

La mission del nostro Club, "Sapori da Sapere", è racchiusa in un'espressione che va ben oltre il piacere del gusto: conoscere i sapori significa infatti interpretare culture, epoche, territori e saperi. Ma di quali sapori parliamo? Non solo di quelli immediatamente riconoscibili nei piatti che arrivano sulle nostre tavole oggi, ma anche - e forse, soprattutto - di quelli che affondano le radici nel passato, in tradizioni dimenticate o trasformate dal tempo.

Ogni epoca ha avuto i suoi sapori distintivi, legati alla disponibilità degli ingredienti, agli scambi commerciali, alle mode gastronomiche e persino agli eventi storici. Il pepe nero, un tempo oro delle spezie, ci parla di rotte commerciali e imperi. L'acidità dei piatti medievali ci racconta una cucina molto diversa da quella che oggi definiamo "tradizionale". E che dire delle conserve contadine o delle ricette tramandate oralmente, capaci di portare a tavola non solo cibo, ma memoria e identità?

Nel nostro percorso, dovremmo riscoprire anche questi sapori "lontani", non solo nel tempo ma anche nello spazio. Sapori di altre civiltà, di altre lingue, che possono dialogare con i nostri. Ogni piatto è una storia, ogni aroma è un indizio, ogni abbinamento è una chiave per entrare in mondi diversi.

Per questo "Sapori da Sapere" non è soltanto un nome evocativo: è un invito a un viaggio sensoriale e culturale.

La conoscenza dei sapori è un atto di consapevolezza, una forma di rispetto per ciò che mangiamo e per chi, nel corso dei secoli, ha creato, custodito e trasformato la cucina. Significa accostarsi al cibo con curiosità, con spirito critico e con il desiderio di apprendere. Perché anche un gusto può insegnare qualcosa, e ogni sapere, se lo si ascolta con attenzione, può lasciarci un sapore nuovo sulla lingua e nella mente. Certo, non è facile percorrere questo viaggio a ritroso: i sapori del passato spesso ci sfuggono,

nascosti tra poche righe di un ricettario, evocati in poesie, o conservati in oggetti d'uso quotidiano. Le fonti sono frammentarie, i dettagli sfocati. Ma è proprio questa difficoltà che rende l'impresa affascinante: ricostruire, con passione e dedizione, ciò che il tempo ha disperso, per restituirlo, almeno in parte, alla nostra esperienza presente.

Ne siamo capaci? Probabilmente no, almeno non fino in fondo. Non potremo mai assaporare davvero ciò che mangiavano i banchettanti di un convivio romano o i pellegrini medievali. Troppo è cambiato: gli ingredienti, i metodi di cottura, i contesti sociali, persino i nostri palati. E tuttavia, proprio questa consapevolezza ci invita a non fermarci. Perché il nostro intento non è la ricostruzione perfetta, filologica, ma il piacere di cercare. È lo sforzo di interrogare il passato, di ascoltarlo attraverso le tracce che ci ha lasciato, anche se frammentarie. È la volontà di dare voce a sapori dimenticati, di restituire dignità a cucine marginali, di comprendere le trasformazioni che il cibo ha subito nel tempo.

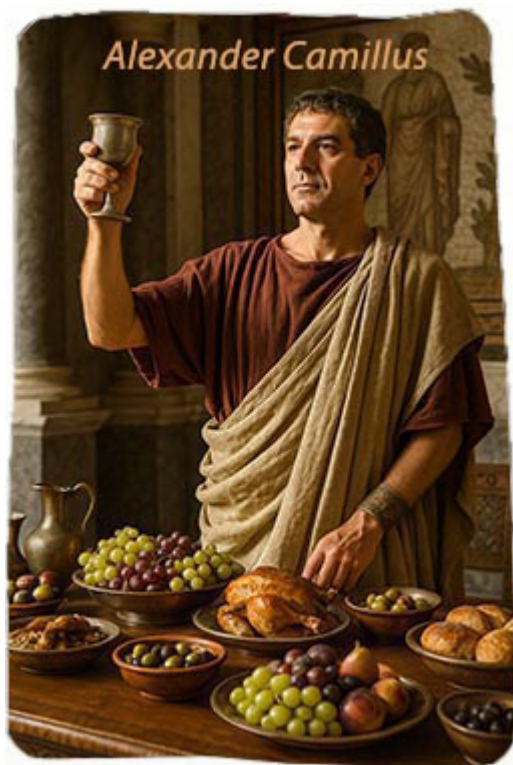
Non vogliamo che tutto questo si riduca a un mero compiacimento culturale, a una vetrina intellettuale fatta di parole vuote e citazioni dotte.

"Sapori da Sapere" è, e deve restare, un atto concreto di curiosità e rispetto. È un invito a sporcarci le mani in cucina, a mettere il naso nei mercati, a scambiare storie con chi ancora custodisce saperi antichi. Anche se non potremo mai riprodurre esattamente quei sapori perduti, possiamo continuare a cercarli. E nel farlo, impareremo a guardare in modo diverso i sapori di oggi, più consapevoli, più grati, più attenti.

Perché conoscere i sapori non significa solo ricordare il passato, ma anche costruire il presente con maggiore profondità e gusto.

Impariamo a conoscere il cibo come storia, memoria e dialogo, cercando sapori perduti per comprendere il presente.





Sempre a proposito dei sapori del passato

Narrazione immaginaria di un convivio nell'antica Roma

Anno 65 A.C.

Tito Livio, nel suo famoso libro *"Ab Urbe Condita"*, così descriveva un pasto dell'antica Roma.

"Nell'antica terra chiamata *"Umbria et Ager Gallicus"*, in una splendida villa

chiamata *"Villa Principum"*, (antesignana dell'odierno Relais dei Principi), Nasidieno, uomo noto per le sue ricchezze e l'amore per i piaceri, organizzò un solenne banchetto per celebrare i sapori del suo tempo.

Nel triclinio, circondato da colonne di marmo e profumato di rose, le pareti erano ornate di affreschi dionisiaci.

Al centro del convivio si alzò lo stesso Nasidieno, vestito con una toga dorata, invocando un uomo di arte singolare: l'arbitrator bibendi Alexander Camillus.

Egli gridò parole che sarebbero risuonate nei secoli: *"O Alexander Camillus, adiuvās nos manūque benignā, et nobis docēs vīnī mīstēria dulce colentēs."*

(*"O Alessandro Camillo, soccorrici con mano benevola, e insegnaci, noi che veneriamo il vino, i suoi dolci misteri!"*)

Alexander Camillus, dotato di una dignità quasi divina, al pari di Ganimede, coppiere degli dei dell'Olimpo, rispose con un cenno solenne; portando anfore da diverse regioni — Falerno invecchiato della Campania, Cecubo di Terracina, Marmertino siciliano — mesceva lui stesso il vino in grandi coppe d'argento cesellato.

Gli invitati erano senatori, poeti, donne di alto lignaggio e alcuni nobili forestieri che venivano dalle regioni dove si coltivava la pera madernassa.

Venivano servite molte portate: ostriche del Lago Lucrino, lingua di cinghiale col *garum*, pavoni avvolti in foglie d'oro, pane freschissimo di farro.

Poi i dolci: focacce al miele, fichi secchi di Ameria (i fichi Girotti di allora), vino speziato.

I suoni dei flauti intervallavano conversazioni dotte sul vino, sull'amore e sui piaceri della vita.

Infine, mentre la notte calava e la luna brillava sugli uliveti, tutti si alzarono.

Alexander Camillus stesso, sollevando la coppa, diede inizio all'inno di ringraziamento agli dei:

*O Dei immortali,
vi lodiamo col vino e con le parole,
vi onoriamo con la mensa gioiosa,
vi invochiamo con cuore colmo,
siano le feste donate da voi!*

Così si concludeva il banchetto di Nasidieno, tra canti, vino e memoria eterna." [*]

Come non restare stupiti? Sembra davvero il racconto di uno degli eventi del nostro Club, con i suoi banchetti curati nei minimi dettagli, i brindisi solenni, le figure carismatiche che, come Alexander Camillus dell'antica Roma, svelano i misteri del vino con mano sapiente e parola ispirata.

Anche noi, tra calici e sapori, celebriamo la convivialità come un rito, rinnovando ogni volta il piacere dell'incontro, dell'ascolto, della scoperta. E così, tra i marmi immaginari del Relais dei Principi, i racconti antichi tornano a vivere nei sorrisi di oggi, nelle note di un calice versato con grazia, nel gesto di chi accoglie e condivide

[*] Come avrete intuito, il racconto – per quanto verosimile – è frutto della nostra immaginazione.

Tuttavia, ogni riferimento a persone o situazioni reali non è affatto casuale: l'abbiamo fatto apposta, con gusto e un pizzico di malizia. Sì, di tanto in tanto ci piace giocare: è lo spirito gaudente che anima ognuno di noi di Sapori da Sapere. E poi, diciamolo pure, cosa c'impedisce – durante una delle nostre serate – di chiudere gli occhi per un attimo e immaginarci a Villa Principum, seduti a quel banchetto, e a brindare insieme a Nasidieno e Alexander Camillus?

NON SOLO RICETTE

CHI È IL LETTORE DI UNA RIVISTA ENOGASTRONOMICA



Lo abbiamo chiesto a un professionista della comunicazione, e la risposta è stata tutt'altro che scontata. Il lettore tipo di una rivista enogastronomica – o, meglio, il lettore a cui dovremmo aspirare – è un soggetto curio-

so, competente e appassionato. Non si limita a consumare cibo e vino: li osserva, li studia, li vive come strumenti per comprendere il mondo. Per lui, la gastronomia è un linguaggio attraverso cui leggere territori, tradizioni, innovazioni.

Adulto, con più di 30 anni, con buona capacità di spesa, questo lettore dedica tempo e risorse all'esperienza del gusto. Ama frequentare ristoranti, partecipare a degustazioni, visitare cantine e piccoli produttori locali. È attento alla qualità delle materie prime, alla stagionalità degli ingredienti, ma anche all'etica della produzione e alla sostenibilità ambientale. Cerca l'eccellenza, sì, ma non disdegna l'autenticità: apprezza tanto un piatto stellato quanto una ricetta contadina, purché sappia raccontare una storia. Spesso, è anche un viaggiatore attento e consapevole: sceglie le mete anche in base all'offerta culinaria, evita i circuiti più battuti, porta a casa prodotti tipici, distingue tra DOP, IGP, cru e vitigni autoctoni. In cucina ama sperimentare: si ispira alle ricette pubblicate, prova tecniche nuove, si lascia affascinare dalle contaminazioni tra tradizione e innovazione.

Culturalmente preparato, con un livello d'istruzione medio-alto, ha un gusto raffinato, coltivato attraverso letture, viaggi, corsi ed esperienze dirette.

Cerca articoli ben scritti, capaci di unire racconto e informazione, magari accompagnati da fotografie evocative, mappe sensoriali, schede tecniche e suggerimenti pratici.

Chi legge una rivista enogastronomica non cerca solo un buon indirizzo dove mangiare o un vino da provare. Cerca un'esperienza completa, una narrazione che unisca sapere e passione, estetica e competenza. È un lettore fedele, esigente, attento alle sfumature. Sempre in cerca di qualcosa che stimoli il palato, ma anche la mente.

Quanti di noi si riconoscono in questo profilo? Forse non del tutto, ma almeno in parte.

Ed è proprio a questo lettore che vogliamo dedicare i contenuti del nostro Notiziario.

Ci stiamo riuscendo? La domanda resta aperta.

Alcuni dei nostri lettori ci hanno proposto di dedicare maggiore attenzione agli eventi gastronomici della nostra Regione, fornendo in anticipo informazioni su date, luoghi e contenuti.

Cogliamo l'occasione per ricordare che, oggi, queste notizie sono facilmente reperibili in tempo reale, con tutti i dettagli necessari, attraverso i quotidiani, i giornali online, blog, social network, comunicati stampa e numerosi altri canali digitali.

Proprio per evitare di offrire un'informazione inevitabilmente incompleta e poco tempestiva, riteniamo più opportuno mantenere una linea editoriale che valorizzi l'approfondimento, l'analisi e il racconto, lasciando ad altri il compito - e la velocità - dell'agenda.

Anche per questo, crediamo che l'identità della nostra rivista debba continuare a distinguersi per la qualità dei contenuti più che per la quantità delle segnalazioni.

I luoghi del cuore

Se cercate un luogo informale e sincero, dove la cucina nasce dalla tradizione e dalla spesa quotidiana, con un'atmosfera spontanea, un menu essenziale e prezzi più che amichevoli, sappiate che molti di noi di Sapori da Sapere hanno eletto la Trattoria di Marcello, sulla Statale E45 nei pressi di Acquasparta, come rifugio ideale per quelle cene improvvisate tra amici.

Lo diciamo subito, per evitare equivoci: non si tratta di una scelta comoda – per alcuni di noi è persino fuori mano – ma di una preferenza dettata unicamente dalla qualità autentica dei piatti.

Il menu non è quello strutturato dei ristoranti tradizionali: su una lavagnetta compaiono di giorno in giorno le preparazioni realizzate con ciò che il mercato offre o, talvolta, con quanto arriva direttamente dalle campagne circostanti.

Alcuni piatti – dalle lumache al baccalà, fritto o arrosto – sono vere rarità nel territorio. Basterebbero da soli a giustificare una visita da Marcello.

Ma il valore della Trattoria non si esaurisce nel cibo. C'è anche l'accoglienza: Marcello, il titolare, ama sedersi di tanto in tanto al tavolo degli ospiti abituali, intrattenendoli con conversazioni bonarie e mai invadenti.

E che dire delle ragazze di sala? Sempre sorridenti, seguono con attenzione ogni fase del pasto, tra consigli, suggerimenti e una naturale disponibilità a scherzare con chi apprezza l'allegria della buona tavola.

Non aggiungiamo altro. Rischiamo che le nostre parole finiscano per sembrare un elogio eccessivo, e quindi meno spontaneo.

Andateci e poi fateci sapere.

La Trattoria di Marcello

Un luogo sincero, fuori mano ma vicino al cuore, dove tradizione, accoglienza e cucina di giornata fanno la differenza.



*Strada Statale E45 Km 13. 911
05021, Acquasparta TR
0744 930303*

IL 2025 AMARO DELL'UVA ITALIANA



All'origine di questa crisi c'è una combinazione di fattori: le previsioni iniziali di una vendemmia abbondante, poi ridimensionate dai dati finali, hanno innescato aspettative al ribasso; a questo si sono aggiunti il rallentamento dei consumi interni e le difficoltà dell'export.

Il risultato è una compressione delle quotazioni che sta mettendo in seria difficoltà i viticoltori, soprattutto quelli legati ai grandi volumi produttivi.

In alcuni territori, come la Valpolicella, i Consorzi sono intervenuti per evitare un crollo incontrollato dei prezzi, riducendo le rese e favorendo il dialogo di filiera.

Anche nel Morellino di Scansano la diminuzione produttiva ha contribuito a contenere le oscillazioni, dimostrando come una gestione attenta possa limitare i danni.

Il fenomeno più inquietante, però, è il paradosso che si sta diffondendo in diverse zone: la forbice tra uve per vini comuni e uve per vini a denominazione si sta assottigliando fino quasi a scomparire.

In casi estremi, produrre uva generica risulta più conveniente che rivendicare una Doc. Una dinamica pericolosa, perché mina alla base il valore delle denominazioni, che non sono solo uno strumento economico, ma il presidio di un'identità territoriale, culturale e paesaggistica.

Proprio per questo cresce il timore di un progressivo disinvestimento e dell'abbandono delle vigne nelle aree più fragili.

Le possibili risposte passano da interventi di sostegno alla liquidità delle aziende, investimenti per la resilienza climatica, nuove politiche di promozione e anche da una riflessione sui modelli produttivi, per accompagnare i cambiamenti nei consumi.

Il 2025, con tutte le sue difficoltà, ci ricorda che tutelare il valore dell'uva significa custodire un patrimonio che va ben oltre il vino.

[*] Fonte: Gambero Rosso

Prezzi in forte calo, denominazioni sotto pressione e un paradosso che mette a rischio il valore del vino e del territorio

Il vino racconta territori, stagioni, mani sapienti e tradizioni secolari. Ma dietro ogni calice c'è anche un equilibrio economico delicato, fatto di vendemmie, costi di produzione, consumi e mercati internazionali.

Il 2025 sta mettendo a dura prova proprio questo equilibrio. I prezzi delle uve stanno vivendo una delle fasi più difficili degli ultimi anni, con cali che colpiscono non solo le produzioni più comuni, ma anche alcune tra le denominazioni simbolo del vino italiano.

Secondo l'analisi della Borsa Merci Telematica Italiana, le flessioni sono diffuse lungo tutta la Penisola. In Piemonte la Barbera d'Asti perde il 6%, in Veneto arretrano Lugana e soprattutto Amarone e Recioto della Valpolicella. Ma è nel Centro Italia che si registrano i cali più pesanti: il Sangiovese destinato al Brunello di Montalcino segna una riduzione superiore al 40%, il Nobile di Montepulciano scende del 15%, mentre il Morellino di Scansano perde oltre un quarto del suo valore. Anche in Abruzzo il Montepulciano d'Abruzzo arretra di circa il 20%, mentre al Sud, tra Puglia e altre regioni, i produttori denunciano prezzi ormai insufficienti a coprire i costi, aggravati dal clima sempre più estremo. [*]

La cucina italiana Patrimonio dell'Umanità dell'Unesco

Prima tradizione culinaria al mondo riconosciuta nella sua interezza: un patrimonio di territori, saperi e sostenibilità che unisce l'Italia e parla al mondo.

La cucina italiana è entrata ufficialmente nella Lista rappresentativa del Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità dell'Unesco, diventando la prima tradizione culinaria al mondo a essere riconosciuta nella sua interezza e non attraverso singole tecniche o preparazioni.

La decisione, approvata dal Comitato intergovernativo riunito a Nuova Delhi, accoglie la candidatura **"Cucina italiana fra sostenibilità e diversità bio-culturale"**, sostenuta dal Collegio Culinario, da Casa Artusi, dall'Accademia della Cucina Italiana e dalla rivista La Cucina Italiana.

L'annuncio è stato salutato con un applauso dalla delegazione italiana guidata dal ministro degli Esteri Antonio Tajani e ha suscitato commenti di orgoglio istituzionale, tra cui quelli del Presidente del Consiglio, che ha definito il riconoscimento "un primato che ci rende orgogliosi" (*"... e i francesi ci rispettano, che le palle ancor gli girano"*, come cantava Paolo Conte nella canzone "Bartali").

Questo passo segna una svolta nella storia dei riconoscimenti gastronomici dell'Unesco: per la prima volta viene valorizzata una tradizione culinaria nella sua globalità, come sistema culturale complesso che va oltre ricette, ingredienti e tecniche. La cucina italiana viene infatti riconosciuta come pratica quotidiana capace di costruire comunità, tutelare la biodiversità, ridurre gli sprechi e rappresentare un modello di sostenibilità.

Emerge un'identità fatta non di un'unica cucina nazionale, ma di un mosaico di tradizioni regionali, città e territori che, attraverso una rete di relazioni storiche e geografiche, hanno costruito nel tempo un patrimonio condiviso.

La forza della cucina italiana risiede proprio nella sua identità plurale. Venezia, Bologna, Parma, Milano, Torino, Firenze, Roma, Napoli, Palermo e molte altre "capitali gastronomiche" hanno contribuito a delineare uno stile italiano riconoscibile, pur nella diversità delle loro tradizioni.

Non una linea storica lineare, dunque, ma una trama articolata, fatta di incontri, contaminazioni e interpretazioni locali degli stessi ingredienti.

È questa ricchezza a rendere la cucina italiana un modello capace di parlare al mondo, mantenendo un legame profondo con il passato e allo stesso tempo reinventandosi continuamente.

In questo quadro, il concetto di "classico" acquista un valore decisivo: non un richiamo nostalgico, ma la capacità di comprendere il presente attraverso l'esperienza accumulata nei secoli. Le opere culinarie considerate classiche non sono semplici testimonianze storiche, ma strumenti che permettono di interpretare un'identità in evoluzione, preservando un senso di continuità artistica.

È attraverso questo equilibrio tra tradizione e innovazione che la cucina italiana si è affermata come una vera e propria arte, capace di sintonizzarsi con il proprio tempo e, contemporaneamente, di proiettarsi nel futuro.

Con questa iscrizione, gli elementi italiani riconosciuti dall'Unesco come patrimonio immateriale salgono a venti, affiancandosi alla Dieta Mediterranea, all'Arte del pizzaiuolo napoletano, alla Vite ad alberello di Pantelleria e alla Cerca e cavatura del tartufo.

Un insieme che conferma il ruolo dell'Italia come laboratorio culturale e gastronomico unico al mondo.







**MERCATO COPERTO
CAMPAGNA AMICA
DI TERNI**

LARGO MANNI

ORARI D'APERTURA

MARTEDÌ	ORE 8:30-15:00
MERCOLEDÌ	ORE 8:30-15:00
VENERDÌ	ORE 8:30-19:30
SABATO	ORE 8:30-19:30

**SCEGLI LOCALE
SCEGLI CHI CONOSCI**

**SPESA DI QUALITÀ, OSTERIA DEL MERCATO,
ENOTECA, BIRROTECA, OLEOTECA, EVENTI**

WWW.CAMPAGNAMICA.IT     "Cose buone, persone buone"

Uno spazio rigenerato che unisce cibo di qualità, cultura, socialità e un nuovo modello di economia urbana

Il contatto diretto tra produttori e consumatori, ha spiegato, genera fiducia, trasparenza e reddito, contribuendo alla tutela dell'ambiente e a un modello agricolo moderno e sostenibile. Sulla stessa linea, Dominga Cotarella ha evidenziato la capacità dell'agricoltura di rigenerare le città: il nuovo mercato non è solo uno spazio di vendita, ma una vera comunità, un luogo dove si celebra il valore della terra, della salute e della sostenibilità. Un baluardo contro l'omologazione alimentare, dove tradizione e innovazione convivono e si tramandano tra generazioni.

Il presidente del mercato, Mirko Trappetti, ha illustrato nel dettaglio il progetto di restyling: 1.300 mq luminosi e funzionali, con aree per la vendita diretta, spazi degustazione, enoteca, oleoteca e birroteca.

Cuore pulsante è l'"Agorà", un ambiente polifunzionale dedicato a eventi culturali, attività educative, co-working giovanile, laboratori e formazione, oltre all'osteria del mercato, che valorizza la cucina contadina con i prodotti degli agricoltori.

È stato ricordato come, per i produttori, il mercato rappresenti un ponte tra città e campagna e una risposta economica fondamentale per le imprese agricole: uno spazio in cui vendita diretta e socialità si fondono, dando vita a una relazione autentica con i cittadini.

Il mercato sarà aperto ogni settimana: martedì e mercoledì dalle 8.30 alle 15.00, venerdì e sabato dalle 8.30 alle 19.30, con vendita diretta, degustazioni, attività didattiche ed eventi culturali.

Una nuova casa del gusto e della comunità, nel cuore di Terni.

Delle manifestazioni "Mercato contadino - Campagna amica" abbiamo parlato nel numero scorso di Dicembre del Notiziario.

È stato inaugurato il 29 novembre, davanti a tremila persone, il nuovo Mercato Coperto Campagna Amica di Terni, nato a Largo Manni come primo mercato provinciale della rete promossa da Coldiretti. **Un progetto che porta la campagna nel cuore della città** restituendo ai cittadini un luogo rigenerato, funzionale e accogliente, dove qualità agroalimentare, cultura e socialità si intrecciano in un unico spazio.

L'evento ha registrato la presenza di numerose autorità: il vescovo Francesco Antonio Soddu, il Prefetto Antonietta Orlando, il segretario generale di Coldiretti Vincenzo Gesmundo, la presidente di Campagna Amica Dominga Cotarella, parlamentari, amministratori locali, sindaci del territorio e rappresentanti del Comune di Terni.

Nel suo intervento, il segretario generale di Coldiretti ha sottolineato come i mercati contadini rappresentino "la più compiuta espressione della multifunzionalità dell'agricoltura": luoghi dove non si acquista soltanto cibo, ma si costruisce valore economico, sociale e culturale.



Olea Dulcis, quando l'olio indossa lo zucchero

In questo contesto di ricerca e sperimentazione, la vittoria dell'amerina **Lorella Leoni** [*], che si è aggiudicata il primo premio per il miglior dolce all'olio EVO nella competizione amatoriale, ha assunto un valore simbolico oltre che gastronomico. La sua proposta vegana, "Crostatina del Natale di casa mia",

ha saputo interpretare con misura e profondità il tema di Olea Dulcis, dimostrando come l'olio, se compreso e rispettato, possa diventare elemento strutturante del dolce e non semplice variazione stilistica.

Una vittoria che parla di sensibilità, conoscenza della materia prima e capacità di ascolto del prodotto.

La tappa lugnanese di Olea Dulcis ha confermato la vocazione della manifestazione a essere non solo un evento, ma un laboratorio culturale: un luogo in cui il gusto diventa racconto, educazione, consapevolezza. Qui l'olio viene sottratto alla retorica e restituito alla sua dimensione più autentica: quella di alimento vivo, legato ai territori, alle stagioni, alle mani che lo producono.

Olea Dulcis, a Lugnano, ha mostrato come il futuro della cultura gastronomica passi anche dalla capacità di mettere in discussione le categorie tradizionali e di scoprire, ancora una volta, che il sapore – quando è conosciuto – sa sempre sorprendere.



[] Lorella Leoni è una dei contitolari della storica tipografia Leoni Grafiche di Amelia, insieme ai fratelli Paolo e Carlo. L'azienda è da sempre un punto di riferimento per la stampa locale.*

Lorella, in particolare, cura l'edizione del Banditore di Amelia, il mensile che da anni racconta e interpreta la vita della comunità amerina.

Domenica 14 dicembre 2025, nel Palazzo ex Fabbrica, Lugnano in Teverina ha ospitato Olea Dulcis, una manifestazione che ha saputo ribaltare con eleganza uno dei più radicati luoghi comuni della cultura gastronomica: l'olio extravergine di oliva non è soltanto materia del salato, ma può diventare protagonista credibile, raffinato e sorprendente del mondo dolce.

L'evento OLEA DULCIS è nato lo scorso anno a Lugnano per celebrare OLEA MUNDI, la collezione mondiale degli olivi presente nel territorio comunale. Questo straordinario campus ospita circa 1200 olivi di varie cultivar provenienti da tutta Italia e da molte altre nazioni, anche oltreoceano. È il più importante polo di varietà di olivi d'Italia e uno dei più significativi del mondo.

L'idea di dedicare un evento ai dolci fatti con olio extravergine (EVO) al posto del burro si è rivelata immediatamente vincente.

L'evento ha riunito produttori, artigiani del gusto, pasticceri e appassionati in un percorso di degustazione e riflessione che ha messo al centro l'olio come linguaggio sensoriale complesso. Non un semplice ingrediente, ma un vero e proprio strumento espressivo, capace di dialogare con zuccheri, farine, cacao e frutta, rivelando sfumature aromatiche inattese: mandorla, vaniglia, erbe delicate, note floreali.

LA SERATA DI GALA DI "SAPORI DA SAPERE"

Un brindisi che chiude un anno di emozioni

C'è un momento, alla fine dell'anno, in cui tutto si ricompone: i volti, i ricordi, i sapori che hanno accompagnato mesi di incontri e scoperte. Così è stata la serata di gala di Sapori da Sapere al Relais dei Principi, un appuntamento ormai atteso che, anche quest'anno, ha riunito soci e amici per brindare insieme prima delle festività natalizie.

L'atmosfera, sin dal primo ingresso in sala, era quella delle grandi occasioni: luci calde, tavoli curati nei dettagli, sorrisi che sapevano di gaiezza.

Il menu, ideato per celebrare la migliore tradizione gastronomica italiana, è stato un viaggio nei profumi e nei sapori della stagione, accompagnato da vini scelti con la consueta cura dai soci più esperti. Ogni piatto raccontava una storia, ogni calice un territorio, e il piacere della tavola si è intrecciato con la gioia dello stare insieme.

A rendere la serata ancora più speciale, la musica dal vivo del trio Valter Vincenti, Mauro Antonelli e Riccardo Ciaramellari che, con eleganza e vivacità, ha saputo creare la colonna sonora perfetta.

Le note, morbide e armoniose, hanno avvolto la sala con un ritmo coinvolgente, diventando il degno coronamento di un convivio sincero e festoso.

Tra un brindisi e un ricordo, non sono mancati momenti di gratitudine verso chi, durante l'anno, ha contribuito a rendere Sapori da Sapere un punto d'incontro per chi crede che la cucina non sia solo nutrimento, ma cultura, emozione e condivisione.

La serata si è conclusa con la consegna dei regali alle gentili signore presenti, con l'immancabile augurio per il nuovo anno, e con qualche anticipazione sulle prossime iniziative, già pronte a riaccendere la curiosità e la passione dei soci. Un arrivederci, più che una chiusura: il modo migliore per dire che, in fondo, i Sapori da Sapere non finiscono mai davvero.



L'ARPA DI SAN VENANZO

QUANDO LA MUSICA SI AFFETTA (E NON SI PIZZICA)



Prodotta nel comune di San Venanzo dall'azienda David Salumi Srl, l'Arpa nasce dall'incontro tra l'antica norcineria locale e i suini allevati allo stato semi-brado nel Parco del Monte Peglia. Animali che vivono respirando aria buona e cibandosi di ciò che la natura offre, contribuendo a rendere ogni fetta un piccolo concerto di aromi.

E già che siamo in tema di arpe, val la pena ricordare che perfino Maria Antonietta, quando nel 1770, quindicenne, partì dall'Austria per sposare il futuro Luigi XVI, portò con sé un'arpa.

A questo punto, la domanda nasce spontanea: chissà cosa avrebbe fatto se avesse conosciuto l'Arpa di San Venanzo? Forse avrebbe lasciato lo strumento musicale nella reggia e si sarebbe portata questa in cucina?

La particolarità di questo salume sta tutta nella "composizione orchestrale" dove ogni fetta - spalla, lombo, pancia - contiene sapori diversi, come accordi che si sovrappongono con naturale armonia.

Ricoperta dalla tipica concia umbra - pepe, vino e aglio - l'Arpa sprigiona un profilo aromatico complesso e avvolgente.

E come si gusta? Si affetta con molta attenzione a coltello, sottile, con un gesto lento e quasi rituale. Si accompagna a pane sciapo, per non coprirne la sinfonia dei sapori.

Il Club Sapori da Sapere la celebra nel suo prossimo evento: un incontro dove la musica non sarà suonata... ma servita. [*]

Perché con Sapori da Sapere, l'arte, qualunque forma prenda, è sempre questione di gusto.



[*] L'evento è previsto per venerdì 30 gennaio, con la collaborazione dell'azienda David Salumi Srl.

Nel vasto e affascinante universo degli strumenti musicali, l'arpa gode di una fama antica: elegante, eterea, capace di trasformare un semplice gesto in pura poesia sonora. Ma a San Venanzo, in provincia di Terni, l'arpa non si pizzica: si affetta. E già da questo basterebbe capire che ci troviamo davanti a un capolavoro che unisce tradizione, ironia e norcineria d'autore.

L'Arpa di San Venanzo non vibra di corde, ma di emozioni gustative. Il suo pentagramma non registra note, bensì profumi e consistenze. È un salume unico: una mezzena intera di maiale, privata di testa e coscia, salata e stagionata per almeno dodici mesi secondo gli antichi sapori della tradizione umbra.

Una scultura gastronomica che non si appende a un'orchestra, ma alle travi dei salumifici artigianali della zona.



PER SAPERNE DI PIÙ

PERIODICO D'INFORMAZIONE DI SAPORI DA SAPERE

a cura di Enzo Medici

enzo.medici@icloud.com - www.saporidasapere.it