

FUNNYVEG ACADEMY - CERRETO AMANTI DEL BIOLOGICO

ABBINAMENTO CIBO-VINO: COME ORIENTARSI

Fabio Zaccaria - Resident sommelier Best Western Villa Appiani Hotel

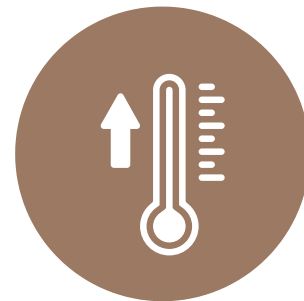




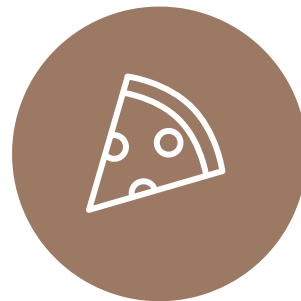
**Alla scoperta
di un'intesa
perfetta che
forse non esiste:
breve viaggio
fra fisiologia,
chimica
e fantasia**

Tutto quello che credevamo di sapere, forse è sbagliato

Carrellata fra i falsi miti che ci perseguitano prima di stappare la bottiglia



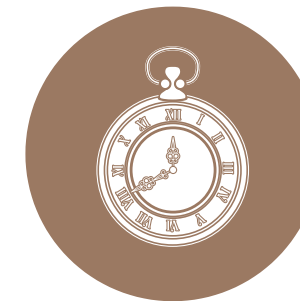
Occhio alle temperature



Pizza chiama birra



Il dolce va col dolce



Tutto dipende dall'annata



Non mischiare rosso e bianco



Salire di corpo e gradazione



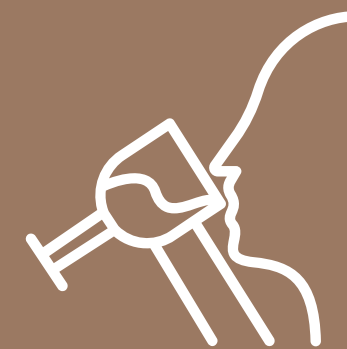
Le bollicine a fine pasto



COME FUNZIONA IL SENSO DEL GUSTO



Naso e lingua collaborano per un unico obiettivo



La lingua

Le papille presenti in bocca sono sensibili a cinque sapori: salato, aspro, dolce, amaro e umami, ai quali si aggiungono sensazioni come il piccante, il grasso e l'astringente

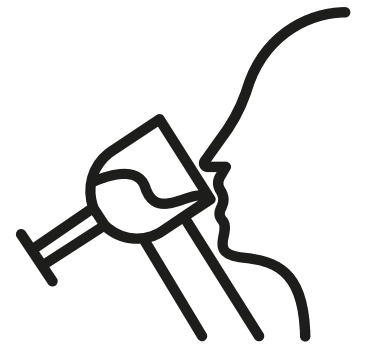




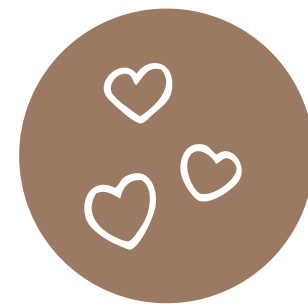
Il naso

I recettori olfattivi, che si stima siano di 400 tipi diversi, riescono invece a distinguere più di 10mila diversi odori, contribuendo in modo sostanziale alla percezione gustativa

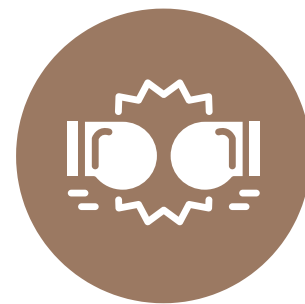
L'abbinamento cibo-vino in punta di labbra



La tradizione ci ha consegnato alcune regole empiriche: cominciamo da qui



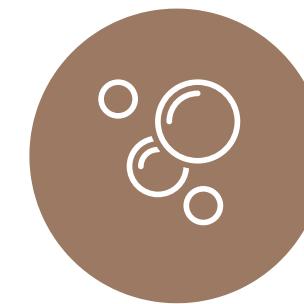
**Dolce e acido:
è vero amore**



**Amaro e salato
Mai insieme**



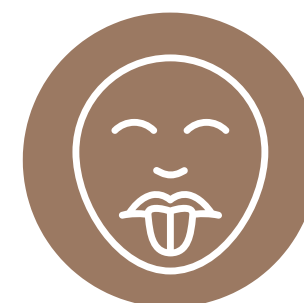
**Grassi e tannini
grandi amici**



**Le bollicine
sui cibi grassi**



**Piccante: no su
amaro e acido**



**L'amaro: non
ama i tannini**



**Acido
chiama acido**

Ravioli ai ceci bio - Moscato giallo



Patè di legumi - Franciacorta satin



DALLE PAROLE AI FATTI
I deliziosi piatti di Luca Andrè
(www.cerretobio.com)
in abbinamento
a 4 grandi vini italiani

Tataki di ceci - Valpolicella sup.



Nuvole "arrabbiate" - Sassella





LE DUE FACCE DELL'AMORE SIMILE COL SIMILE, OPPURE NO

I due principali modi di abbinare cibo e vino - Congruente e Complementare



I congruenti

Un modo di abbinare cibo e vino è quello di privilegiare la concordanza delle sensazioni gustative, in modo tale che le caratteristiche si esaltino reciprocamente

I complementari



Un secondo sistema è quello di giocare sui contrasti: un cibo grasso con un vino acido, un vino untuoso con un formaggio piccante. Ma che dire di dolce e amaro insieme... funzioneranno?



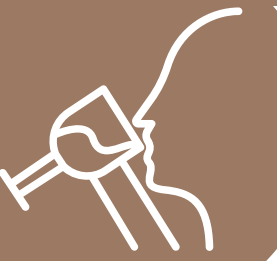
Sei regole (più o meno) sempre valide



- I cibi acidi amano i vini acidi (e tutto il resto è piattume)
- I cibi untuosi amano i rossi tannici e i bianchi frizzanti
- I cibi speziati amano i vini poco alcolici e con note di dolcezza
- I cibi amari chiamano i vini poco tannici e rigorosamente non dolci
- I cibi dolci amano i vini dolci
- I cibi salati amano i vini aciduli e fruttati

Ma diffidiamo sempre degli schemi

Detto questo, però, ricordiamoci che le eccezioni, gli abbinamenti impreveduti e sorprendentemente buoni, sono dietro ogni angolo di strada





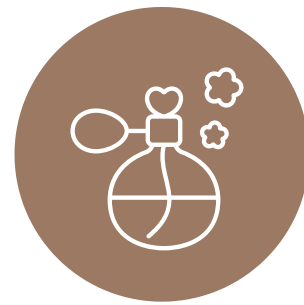
La parola ai profumi

La bocca da sola non basta e ce ne rendiamo conto ogni volta che ci viene il raffreddore. Vediamo quindi come funziona l'olfatto.

L'abbinamento cibo-vino Innamorarsi di un profumo



Quando la giusta fragranza trasforma un primo appuntamento
in un incontro davvero indimenticabile



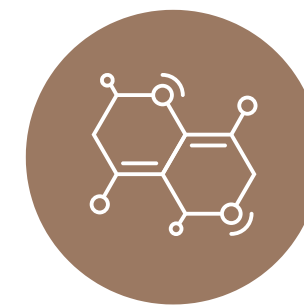
**Allenamento:
impariamo
a usare il
naso**



**Clima e
uomo:
no, non tutti i
Chianti sono
uguali**



**Gli aromi
primari. Tutti
i profumi
nascosti
nell'uva**



**Burro o pepe:
è tutta
questione
di chimica**

L'abbinamento cibo-vino Innamorarsi di un profumo



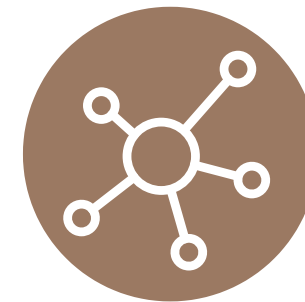
Quando la giusta fragranza trasforma un primo appuntamento
in un incontro davvero indimenticabile



**Cibo
e vino al
microscopio**



**Simile
con simile
funziona
sempre**



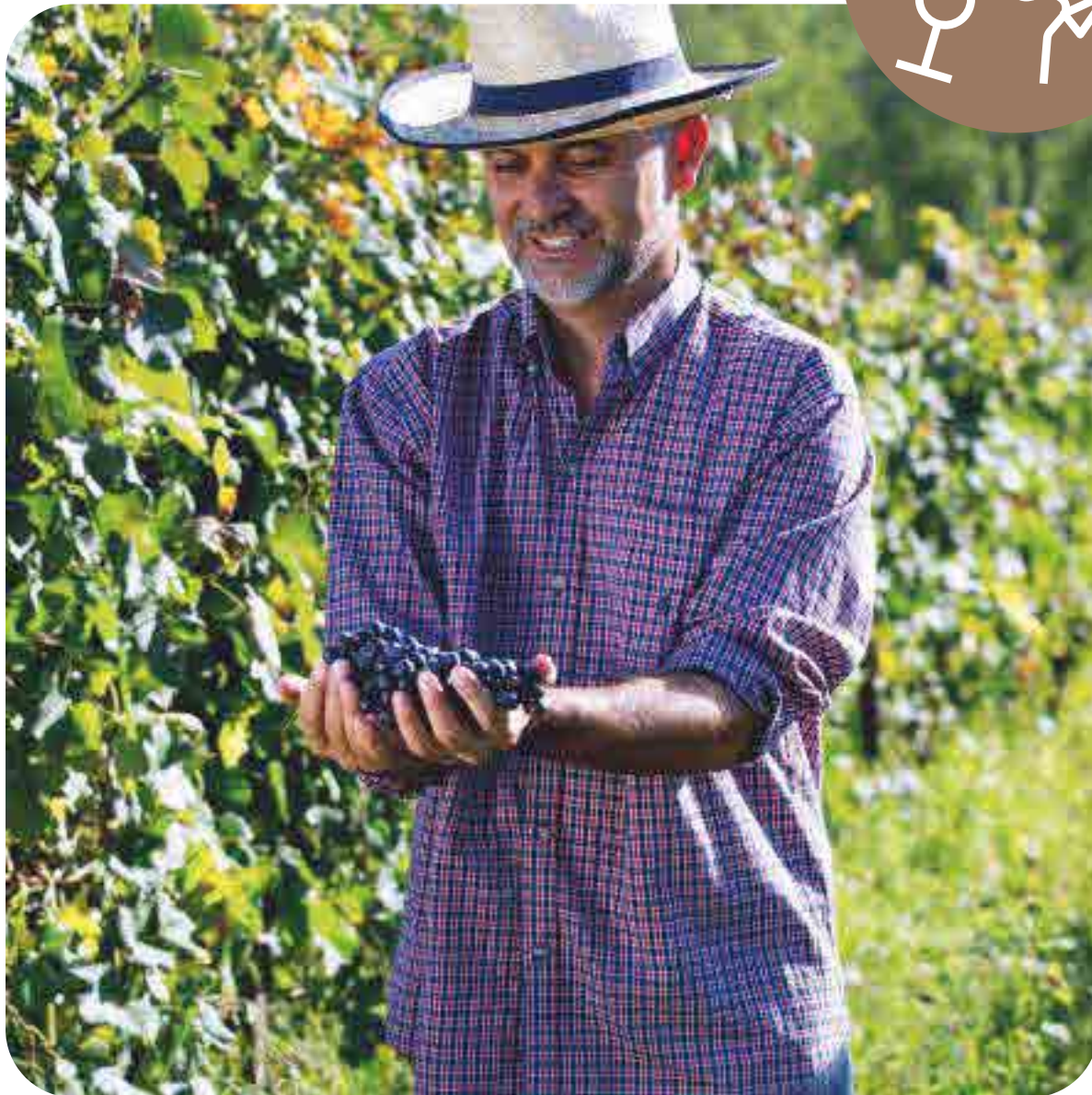
**Viaggio
ai confini
della fantasia**

Alleniamoci

Sembrerà banale, ma il primo e indispensabile consiglio è quello di allenarci ad annusare tutto: i fiori, la frutta, l'erba e le spezie, ma anche le lasagne e la tavoletta di cioccolato appena spezzata



Il clima e la mano dell'uomo



L'intervento umano e la natura sono importanti tanto quanto l'uva nel determinare i profumi di un vino. Non commettiamo mai l'errore di pensare che un Pinot nero valga l'altro, o che tutti gli Chardonnay siano uguali. Primo, perché possono essere prodotti a migliaia di chilometri di distanza l'uno dall'altro; ma soprattutto perché, anche quando sono vicini di casa, le differenze possono essere abissali.

L'uva sa di uva?



Le uve vengono divise in tre categorie: aromatiche, semiaromatiche e neutre. E ognuna, o quasi, ha un aroma che la caratterizza più di altri. Quali sono?



Aromi primari – Un trucco che funziona



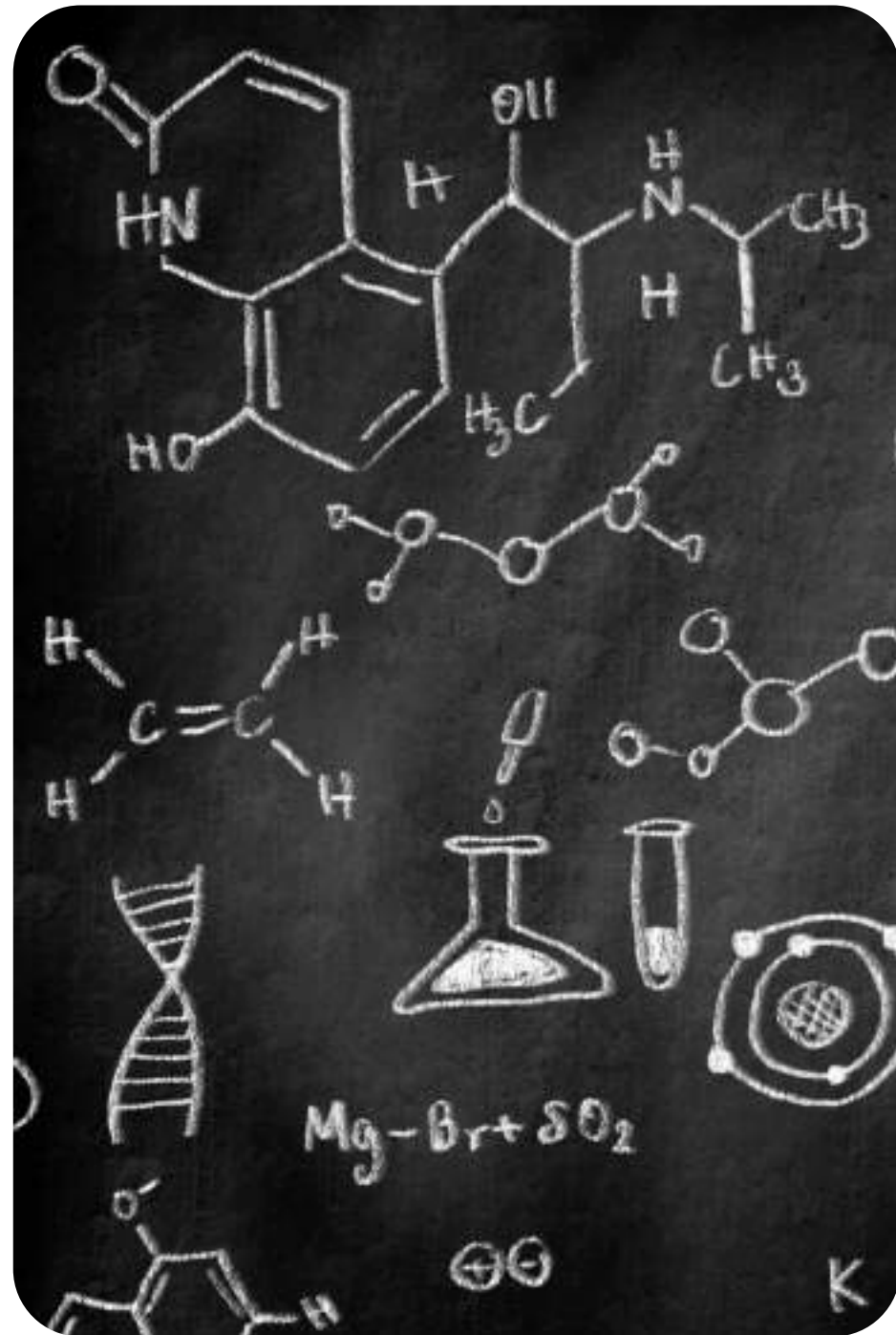
- **Moscato: pesca, salvia e miele**
- **Malvasia: cedro, pesca, acacia,**
- **Brachetto: rosa, lamponi e ribes rosso**
- **Gewürztraminer: litchi, frutti tropicali**
- **Sauvignon Blanc: foglia di pomodoro**
- **Merlot: menta e erba sfalciata**
- **Cabernet Sauv: peperone verde**
- **Syrah: pepe nero**
- **Glera: pera williams**
- **Pinot nero: ribes e polvere da sparo**

Pepe e burro: la chimica del vino

Spiegare perché nel vino si riscontrano spesso profumi che, apparentemente, con l'uva non hanno nulla a che vedere è al contempo facile e terribilmente tecnico. La ragione, è che l'uva, così come ogni frutto o verdura, o qualsiasi cosa che mangiamo, non contiene una sola molecola aromatica, ma ne contiene a centinaia. Alcune sono presenti in quantità maggiori, e sono di solito quelle che spingono a dire, per esempio, che le fragole sanno di fragola (metilfenilglicidato). Ma nelle fragole, per esempio, sono state identificate 250 diverse sostanze aromatiche.



Cibo e vino al microscopio



La mappatura di questi aromi, la loro definizione in termini qualitativi e quantitativi, lo studio dell'impatto che la loro presenza può avere sul bouquet di un vino sono aspetti di una disciplina che viaggia su due binari: l'analisi chimica del vino e lo studio della risposta fisiologica umana. Non tutte le molecole aromatiche, infatti, incidono allo stesso modo sul bouquet di un vino, non solo per la quantità in cui sono presenti, ma anche per il variare dei rapporti dose-risposta, della nostra soglia percettiva e della soglia di riconoscimento.

Pepe - rotundone (sesquiterpene)

Vaniglia - 4-idrossi-3-metossibenzaldeide

Aglio - tiosolfonato (enzima allina liasi)



Per non sbagliare – Simile con simile



Il sistema più semplice per abbinare cibo e vino, a questo punto, diventa quello di affiancare simile con simile.

Per esempio, un piatto che profumi di pepe, con un vino che ne richiami le note (come il Sirah); o ancora una pientanza profumata di salvia con un vino che ne ricordi le note erbacee e balsamiche, come il Moscato.



Viaggio ai confini della fantasia

C'è però un lato ancora quasi inesplorato dell'abbinamento cibo vino, reso meravigliosamente imprevedibile proprio dalla ricchezza di informazioni che abbiamo a disposizione. Analizzando il profilo aromatico dei vini e degli ingredienti disponibili, si possono azzardare incontri imprevedibili. Come, per esempio, aglio cioccolato e caffè, banana e prezzemolo, fragole e coriandolo, menta e senape, mela e lavanda, cavolfiore caramellizzato e cacao, ananas e blue-cheese.



Impariamo a osare



Uno dei giochi più divertenti e sfidanti, a questo punto, è quello di sbizzarrirsi. E per farlo servono solo due cose: un po' di fantasia, qualche ottimo ingrediente e un buon database. E se per la fantasia non potete che contare sulle vostre risorse, per il resto le soluzioni non mancano.

Gli ingredienti li potete cercare curiosando fra le pagine del sito di CerretoBio, mentre il resto ve lo lascio in linkografia.



SEMI DI CANAPA TOSTATI



SEMI DI CHIA TOSTATI

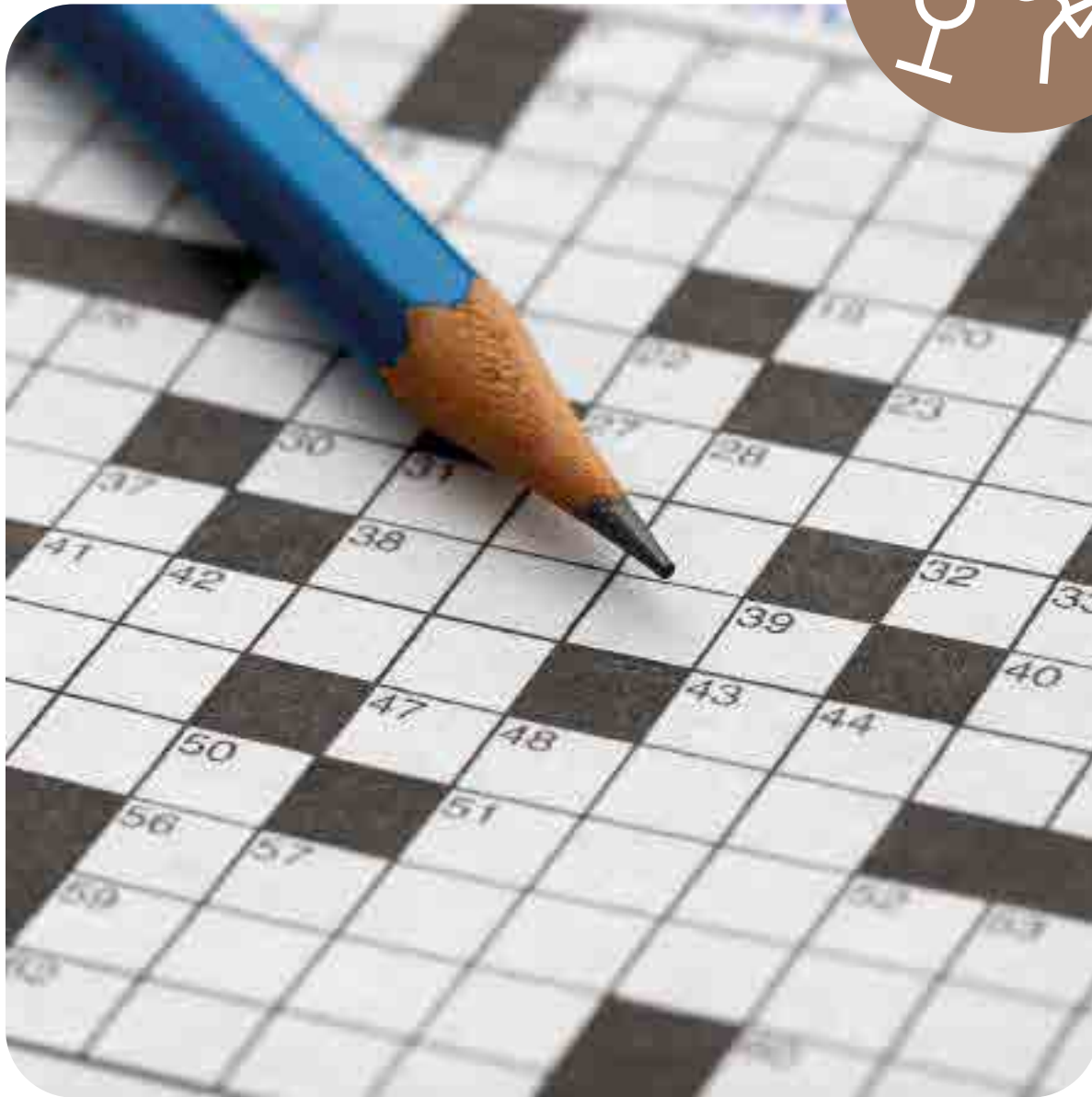


SEMI DI SESAMO TOSTATI



SEMI DI ZUCCA TOSTATI

Trova l'abbinamento



- **Cestini con hummus e pomodorini**
- **Minestra di cereali e funghi porcini**
- **Polpette di melanzane e ceci**
- **Crépe di farina di castagne con cioccolato e mirtilli**
- **Brachetto d'Acqui**
- **Merlot**
- **Sirah**
- **Sauvignon blanc**

Conclusioni

L'abbinamento cibo vino è un'arte e non una scienza esatta

Far incontrare una pietanza con il vino che la esalterà non è mai, esclusivamente, una questione di regole, algoritmi e formule chimiche. In qualche modo è poesia, azzardo, e in buona parte anche misura: le poche e semplici regole che ho presentato (e che sono lontanissime dall'esaurire l'argomento) ci possono però aiutare a tenere la barra a dritta. Ma ricordiamoci che non c'è (quasi) mai una risposta giusta o una risposta sbagliata e che, almeno in questo campo, il gusto la fa da padrone.

Il Chianti sa di viola mammola, e lo sappiamo già tutti. Breve vademecum per tirarsela alle feste

Bigino enologico - I profumi dei vini

Chardonnay: mela gialla, carambola, ananas, burro, gesso

Gewürztraminer: lychee, rosa, pompelmo, mandarino, guava

Pinot grigio: limone, mela gialla, melone, pesca noce

Riesling: lime, mela verde, gelsomino, petrolio

Soave: limone candito, melone, sale, mandorla amara

Beaujolais e vini novelli: ribes, violetta, banana, argilla

Bordeaux (Cabernet e Merlot): prugna, cassis, viola, grafite, cedro

Cabernet franc: fragola, peperone, prugna

Cabernet sauvignon: ciliegia marasca, cassis, peperone, spezie, cedro

Montepulciano: prugna, origano, marasca

Nebbiolo: rosa, carota, argilla, anice

Sangiovese: ribes, pomodoro disidratato, argilla, prugna

Syrah: mirtillo, prugna, tabacco, pepe

Lambrusco: fragola, ciliegia, rabarbaro, ibisco

Prosecco: mela verde, melone, pera, agrumi



Qualche spunto per sperimentare

Libri e siti per i più curiosi



Il respiro del vino

Luigi Moio, ed. Mondadori

Sapere di vino

Giacomo Tachis, ed. Mondadori

Champagne, vino dell'allegria

Mino Caudana, ed. Edi Europa

Chimica e fisiologia:

<https://www.dbt.univr.it/documenti/OccorrenzaIns/matdid/matdid317904.pdf>

Abbinamenti gastronomici: [foodpairing.com](https://www.foodpairing.com)

La chimica in cucina: [khymos.org](https://www.khymos.org)