



MEDITERRANEO *Food Festival*

TEMI TECNICI

24 25 26 MARZO 2019  ENTE AUTONOMO FIERE DI
FOGGIA

 terre_e_sole

 Terre e Sole

 @TerreeSole

 TERRE e SOLE "Mediterraneo Food Festival"

 www.terreesole.it

#terreesole

#fieragate

#mediterraneofoodfestival

L'arte di disporre i cibi all'interno del piatto è un esercizio che richiede non solo esperienza e tecnica, ma soprattutto occhio e sensibilità estetica o artistica. Il cibo è una materia speciale capace di coinvolgere più di uno dei nostri sensi, non soddisfa solo il gusto ma appaga anche la vista, oltre che l'olfatto. Per questo è molto importante saper presentare bene un piatto, disporre accuratamente e creativamente gli elementi che lo compongono.

Ogni chef, ogni area geografica e, più in generale, ogni epoca storica si caratterizza per un modo particolare di pensiero creativo dello chef che si esprime attraverso il modo con cui sistema il cibo nei piatti dei commensali. Oggi, ad esempio, la tendenza è quella del minimalismo, si prediligono forme semplici, essenziali e destrutturate.

Per rendere la disposizione del cibo nel piatto piacevole e ottenere una presentazione esteticamente efficace, bisogna tenere in considerazione alcuni elementi, di seguito trovate quelli a cui si deve prestare maggiore attenzione.

La scelta del piatto

Innanzitutto, armonizzare il "contenuto" con il "contenitore". Il cibo è il protagonista, cercate quindi un piatto che lo metta in risalto. Una scelta accurata del piatto in cui servire la portata esalterà la vostra creazione e metterà in evidenza il pensiero dello chef. Generalmente si utilizzano stoviglie di colore bianco ma è anche possibile osare. Oltre al colore, è possibile prendere in considerazione anche la forma e le dimensioni.

Posizione degli alimenti

La collocazione del cibo varia a seconda della forma del piatto in cui è servito. Se il piatto è tondo, la regola generale vuole che l'alimento venga posizionato al centro, eventualmente contornato da salsa o condimento, mentre decorazioni e ornamenti vanno posti nella parte superiore del piatto.

Nei piatti di forma rettangolare o quadrata, invece, si possono sfruttare le linee diagonali e impiattare, per esempio, a forma di croce. Un'altra scuola di pensiero prevede che gli elementi, se diversi, vadano disposti secondo un ideale triangolo con la punta rivolta verso il basso: in alto a sinistra si posizionano i carboidrati, in alto a destra le verdure, in basso le proteine.

Forme

Giocate con forme e dimensioni diverse, anche se sobrietà ed eleganza vanno rispettate. Evitate di disporre semplicemente i vari elementi utilizzando tutta la superficie del piatto, create aggregazioni e volumi armoniosi. Le preparazioni oltre ad essere ammirate, devono essere mangiate.

Fate attenzione a scegliere modalità che rendono difficoltosa la degustazione, è preferibile garantire sempre un accesso comodo al cibo.

Colori

L'elemento cromatico è essenziale nella presentazione di un piatto. La regola è: cercate i contrasti magari vivacizzando il tutto inserendo dettagli di un colore deciso e diverso per spezzare la monotonia, utilizzando colori naturali e vicini al colore originale dei cibi, dando così un'impressione di maggiore genuinità.

Consistenze

Creare dei contrasti rende il piatto più originale, interessante e con più carattere. Provate ad abbinare sapori e sensazioni contrastanti: morbido e cremoso ma anche solido e croccante, liquido e cremoso, oppure variando leggermente il sapore: più dolci o più salati, più aromatici e speziati o più delicati.

Decorazioni

Elementi aggiuntivi possono, talvolta, completare e rendere più gradevole l'aspetto della pietanza. Ricordate però che il cibo deve restare l'unico protagonista, inserire troppi elementi esterni può confondere e appesantire il piatto.

Fate attenzione a scegliere guarnizioni completamente commestibili e che non influenzino il gusto degli alimenti: sapori, colori e profumi devono sposarsi perfettamente tra loro.

Grammature

Servire la giusta quantità di cibo, senza sprecare, è una delle competenze distintive dei futuri professionisti della ristorazione. Per cui è auspicabile attenersi ai dettami delle regole per una corretta alimentazione.

Pur tuttavia, si ricorda, che un secondo piatto, magari a base di pesce, deve avere un elemento principale, almeno due contorni, una salsa e la guarnizione per un totale di circa 240 g. La percentuale dell'elemento principale nel piatto non deve essere mai al di sotto del 60% della grammatura totale (parliamo di percentuale proteica). Il restante 40% deve prevedere l'inserimento dei contorni, importanti perché apportano vitamine e sali minerali, tipo vegetali semplici o lavorati con delle tecniche appropriate. Il piatto va sempre accompagnato da minimo una salsa dalla giusta consistenza (non acquosa, ma ben legata), e decorato con una decorazione preferibilmente commestibile. È preferibile utilizzare prodotti a filiera corta.

Tecniche di cottura degli alimenti

La temperatura di cottura è molto importante perché, a seconda del livello di temperatura, avvengono nei cibi delle trasformazioni dei nutrienti, alcune delle quali desiderabili, altre meno, sia dal punto di vista del gusto che da quello salutistico.

Per abbassare i rischi di imprevisti è preferibile improntare una ricetta con cotture mirate all'utilizzo di piccole attrezzature, al fine di evitare la produzione di acroleina e svolgere in piena autonomia la competizione.

Ad esempio:

- Arrostire utilizzando una padella antiaderente
- Cuocere a vapore utilizzando una vaporiera con cestello
- Grigliare utilizzando una padella ondulata
- Spadellare utilizzando una padella
- Friggere utilizzando un pentolino con cestello

Organizzazione

Per il raggiungimento dei risultati, l'organizzazione del lavoro è di fondamentale importanza. Concentratevi molto sulle seguenti fasi:

- Mise en place;
- Igienizzazione dei piani di lavoro;
- Giusto utilizzo dei guanti;
- Ordine del piano lavoro con presenza solo dell'indispensabile;
- Minuteria che ci servirà, senza sovraccaricarlo con utensili inutili;
- Organizzazione delle varie;
- Conservare gli alimenti alle giuste temperature;
- Dimostrare la tracciabilità delle materie prime con etichette, dovendole mostrare a persone competenti che ci giudicheranno nel rispetto delle norme sanitarie vigenti;
- Differenziare gli scarti;
- Conservare in modo appropriato gli alimenti riutilizzabili;
- Prestare attenzione all'igiene nella manipolazione degli alimenti durante le fasi di preparazione.

Condimenti

Nella cucina italiana l'uso di condimenti è un aspetto caratterizzante della tradizione regionale e territoriale. Le cucine italiane, tra le culture mediterranee, sono marcate non solo dal grano, dalla vite e dall'olio di oliva, ma anche e soprattutto da un'ampia varietà di aromi e sapori che le qualifica, divenendo il loro condimentum. Nel duplice significato e ruolo di còndere (fondamento) e condire (ornamento), nei condimenti rientra un'amplissima diversità di componenti, ognuno dei quali, a volte con le due funzioni, altre volte con una sola che prevale. Se, per esempio, i grassi sono al tempo stesso fondamento e ornamento, gran parte degli aromi, spezie, sapori è prevalentemente ornamento. Alla squadra concorrente il compito di saper valorizzare l'uso dei grassi usati e delle spezie, veri capisaldi della cucina autoctona italiana.

Strategie di comunicazione e marketing del piatto

I concorrenti devono presentarsi in divisa ufficiale della propria scuola. Devono avere il classico cappello da cuoco e non devono portare anelli, orologi etc. Devono avere un grembiule a pettorina durante la preparazione e un grembiule normale durante il servizio.

La stesura delle ricette da proporre deve essere precisa e deve riportare tutte le fasi di lavorazione, grammature e le tecniche di eventuali alimenti autoctoni o particolari, valori calorici e foto del piatto.

Dalla corretta stesura delle ricette è percepibile la filosofia e storia dei piatti presentati. Il layout dovrebbe essere semplice, arioso e con spazi tra gli elementi in modo che siano di facile lettura e identificazione.

Lo strumento menù deve possedere trasversalità e coerenza, diventando così uno strumento di vendita e branding dalla grande forza persuasiva.

A cura del Prof Giacomo GIANCASPRO dell'Istituto IPSSAR "MOLFETTA" di MOLFETTA Partner Tecnico del Concorso Nazionale "IL FUTURO DELLA CUCINA ITALIANA Una Questione Sociale"

Patrocini Istituzionali



UNIVERSITÀ
DI FOGGIA



CONSIGLIO
DELL'ORDINE NAZIONALE
DEI TECNOLOGI ALIMENTARI



Istituti Partner

