

## OGGI ALLA FELTRINELLI

### Attilio Del Re presenta "Pan e nus mangiä da spus"

Da pochi giorni è disponibile, nelle librerie piacentine e nelle edicole di città e provincia, il nuovo libro firmato dal professor Del Re, edito da Tip.le.co, nota casa editrice piacentina. "Pan e nus mangiä da spus" (pane e noci, cibo da sposi) è titolo e il motto di questo libro, che spiega come i cibi semplici e tradizionali siano la base del rispetto per noi stessi e l'ambiente. Un libro di cucina, dunque, ma anche un libro sull'alimentazione: "Equilibrio, salute e gusto in 170 ricette piacentine ottimate", ossia come mangiare ciò che abbiamo sempre mangiato, provandone lo stesso piacere e migliorando la nostra salute e quella del nostro pianeta. Questa sera la Libreria Feltrinelli ospiterà la presentazione di questo originale ricettario di cucina piacentina, a Piacenza, in via XX Settembre angolo via Cavour, alle 21. IL LIBRO - Si tratta non solo di un libro di cucina, ma anche di un libro sull'alimentazione. Tiene, cioè, in considerazione gli effetti che gli alimenti - e gli abbinamenti tra loro - hanno sui consumatori, partendo dall'assunto che mangiamo in primis per nutrirci e che introdurre nell'organismo sostanze in quantità maggiori o diverse da quelle che l'organismo necessita non solo è dispendioso, ma anche nocivo. Si tratta, dunque, di un libro che unisce l'arte della creazione culinaria alla ricerca scientifica, sulle orme di Pellegrino Artusi, che, con il suo "La Scienza in cucina e l'Arte di mangiar bene", 120 anni fa univa per la prima volta Scienza ed Arte. Da allora gli stili alimentari e gli ingredienti stessi sono cambiati ovunque nel mondo. Occorre, dunque,

un volume che unisca di nuovo Scienza ed Arte, in controtendenza con la vague attuale di cucina e gastronomia, che spesso ignorano la realtà umana biochimica e fisiologica. Un realtà umana che ottiene benefici certi, in termini di salute e longevità, all'alimentazione mediterranea che, dalla prima "invenzione" ad opera di Ancel Keys (padre delle famose razioni K), dopo 50 anni di lavoro di centinaia di ricercatori, è ora una teoria e, da poco, un patrimonio dell'umanità. «Si tratta di un progetto ambizioso - spiega l'autore - perché basato su ricette di lunga e consolidata tradizione, ben conosciute e ancora praticate, che, una volta manipolate e ottimizzate, dovranno mantenere riconoscibilità e gradevolezza dell'originale. A volte ho inserito varianti, altre ho messo in calce note e curiosità, a sfatare stereotipi scorretti o dare consigli e trucchi basati sulla mia esperienza».

