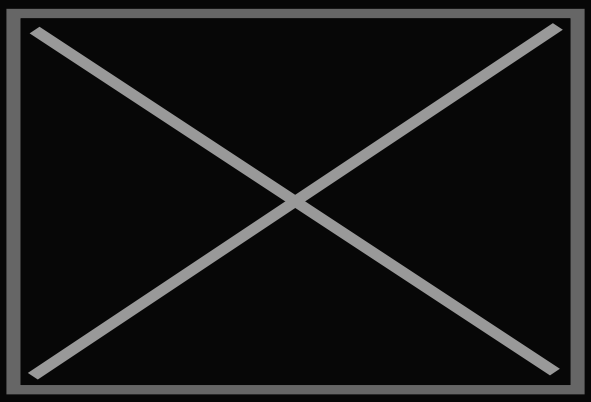
Meteo e ristoranti, a ogni stagione la sua cucina

thefork-1-8319219a

Dove si va a mangiare stasera? Dipende dal tempo... e non solo per decidere l'outfit, ma anche per stabilire quale sarà la proposta gastronomica preferita. **C'è una correlazione sulla scelta del tipo di ristorante e il meteo**, che vede i consumatori orientarsi verso tipologie di cucine diverse a seconda delle stagioni. Come? Ha cercato di capirlo **TheFork**, tra le principali app di prenotazione online dei ristoranti a livello globale con una posizione leader nel mercato italiano, che ha commissionato a **digitalmeteo**, fornitore di servizi di informazione meteorologica personalizzati, uno studio per comprendere come la componente meteorologica incida sulle dinamiche di prenotazione del ristorante, per poi analizzare i dati con il supporto di due biologi nutrizionisti.

La prima considerazione è che a influire di più nella scelta della cucina sono le **temperature**, mentre le precipitazioni pesano meno. "C'è senz'altro una relazione tra alimentazione e temperature", spiega la dott.ssa **Monica Zago** (biologo nutrizionista). "D'estate preferiamo scegliere pietanze fresche e dissetanti, utili anche per l'idratazione corporea. A influire nella scelta è proprio la temperatura dell'alimento". Differenziare la propria dieta a seconda del fattore meteo è un comportamento corretto dal punto di vista nutrizionale, spiega ancora la dott.ssa **Floriana Di Pippa** (biologo nutrizionista): "Fisiologicamente, l'introduzione di cibo serve per apportare al nostro organismo energia e nutrienti, proprio per questo motivo, dovrebbe esserci una correlazione tra temperatura esterna e alimentazione".



Entrando nel merito dello studio, che ha analizzato i **comportamenti di prenotazione a Roma e Milano**, le rispettive **cucine territoriali** risultano degli evergreen nelle città di riferimento, probabilmente anche a causa dell'impatto del turismo. Per le restanti tipologie di cucina, è invece possibile individuare per ogni stagione specifiche tendenze di prenotazione.

PRIMAVERA - La cucina creativa raggiunge il suo miglior risultato tra 15°C e 20°C, ovvero con temperature tipicamente primaverili e soprattutto in assenza di pioggia. "È una tipologia di cucina che sperimenta nuovi abbinamenti, cotture e presentazioni", spiega Di Pippa. "Di frequente, ci si affida al menù degustazione, che prevede un numero variabile di piatti, compreso tra le 4 e le 10 portate. Sebbene si tratti di piatti elaborati, sottolineiamo alcuni aspetti: le preparazioni prevedono la semplificazione delle salse e la riduzione dei grassi; sono privilegiate le cotture brevi, leggere (come quella al vapore); le porzioni sono ridotte. Inoltre, tecniche quali la destrutturazione potrebbero far perdere la percezione di quali e quanti ingredienti siano presenti nella portata".

ESTATE - Le cucine mediterranea e di pesce, sushi incluso, sono la scelta principale dei clienti durante la bella stagione registrando la maggior tendenza di prenotazioni con l'aumentare delle temperature. A Roma, il dato cresce parallelamente all'aumento delle temperature, ma a partire dai 15°C si osservano andamenti divergenti a seconda delle precipitazioni. Si va dal 35% in assenza di pioggia, al 25% in caso di precipitazioni abbondanti. A Milano, accade il contrario. La tendenza alla prenotazione è proporzionale all'aumento delle temperature, ma è più elevata in caso di piogge abbondanti. Per quanto riguarda i ristoranti di mare, nella capitale la tendenza a prenotare è inferiore all'8% sotto i 10°C e anche a Milano il dato cresce con l'aumento delle temperature, raggiungendo il picco a 25°C. "Una grigliata di mare, un cocktail di gamberi, e facilmente la mente ci riporta a mete estive e luoghi di villeggiatura. Dal punto di vista nutrizionale, il pesce è un ottimo alimento da consumare almeno un paio di volte a settimana. Ricco di proteine ad alto valore biologico, è più magro e digeribile della carne, fonte di diverse vitamine e sali minerali, oltre che degli importantissimi Omega-3", spiega ancora la Dott.ssa Di Pippa.

AUTUNNO - C’è un protrarsi della tendenza estiva a riservare ristoranti mediterranei e di pesce, fino alla temperatura di 10°C circa, tipica dell’autunno. A Milano, in particolare, spicca il sushi. Quando la temperatura è compresa tra i 15°C e i 35°C, la tendenza alla prenotazione va in crescendo fino a un massimo del 18% con piogge abbondanti, mentre senza pioggia si ferma al 15%. “Il sushi è un alimento crudo, che al palato risulta fresco” aggiunge Zago. “L'importante, quando si sceglie di mangiare sushi, è non farsi tentare dai piatti fritti e grassi nei menù dei ristoranti giapponesi, cadendo in un grosso errore dal punto di vista nutrizionale. Promossi a pieni voti riso, alghe e pesce crudo, purché di qualità e conservato nel rispetto di tutte le norme igieniche e di sicurezza alimentare”.

INVERNO - I ristoranti che offrono principalmente carne vanno meglio d’inverno, specie a Roma dove la tendenza a prenotare raggiunge il suo apice intorno ai 10°C. Sempre nella capitale quando fa freddo sono particolarmente prenotati i ristoranti pugliesi, che hanno maggior successo con temperature comprese 5°C e 10°C, quelli napoletani e le pizzerie. Mentre a Milano nei contesti invernali si preferisce la cucina internazionale, che registra una maggior tendenza alle prenotazioni sotto i 15°C, e in presenza di piogge. Secondo la Dott.ssa Zago “la cucina internazionale è solitamente più pesante, più condita e ricca di olio e di burro. D’inverno, siamo stimolati dalle temperature a mangiare piatti più sostanziosi e poi tendiamo a pensare che possiamo “coprire” con i vestiti qualche chiletto in più. Quanto invece alla scelta della carne, non ha fondamento, cioè c’è la percezione sia un cibo più pesante, ma non è fondata”.