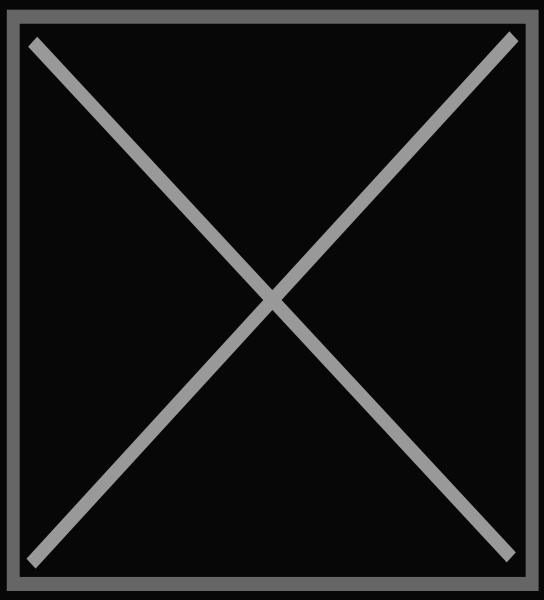
Un caffè con... Chef Rubio: «La cucina mediterranea unisce»

chef-rubio-1low-65ec8591



[caption id="attachment_19833" align="alignright" width="276"]

chef rubio © GIULIO DI MAURO[/caption]

Gabriele Rubini, in arte Chef Rubio, è arrivato al successo con la trasmissione *Unti e Bisunti*, in onda per la seconda stagione ad aprile su DMAX (canale 52 del digitale terrestre). Da poco è in libreria con *La Nuova Dieta Mediterranea con 40 ricette tradizionali rivisitate* (Gribaudo), scritto con la ricercatrice esperta in nutrizione Stefania Ruggeri e arricchito dalla prefazione di Jeremiah Stamler, Professore di Medicina Preventiva dell'Università di Chicago e dalle foto di Giulio Di Mauro. Chef freelance ed ex rugbista, attualmente è in tv su DMAX con *Rugby Social Club*, programmazione speciale del 6 Nazioni: nelle partite in casa dell'Italia contro la Scozia (22 febbraio) e l'Inghilterra (15 marzo) sarà all'Olimpico di Roma per raccontare il calore che ruota intorno agli eventi sportivi, organizzando speciali pic-nic con i tifosi. Nei tre match azzurri fuori casa, commenterà in studio le gare con gli altri protagonisti. La sua prossima sfida? Diventare anche protagonista di un fumetto *Chef Rubio: food fighter*, una spy story di Diego Cajelli e Enza Fontana in arrivo in edicola e in fumetteria il 10 aprile

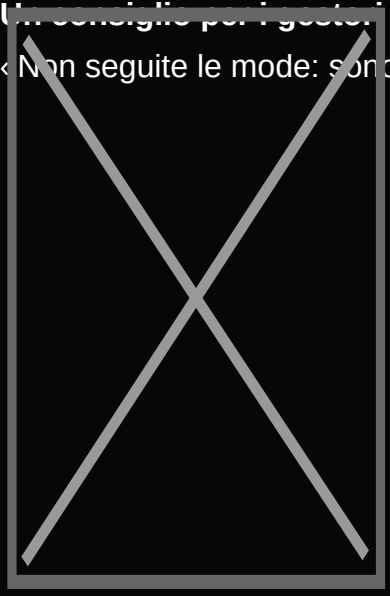
(Star Comics).

Gabriele, che cos’è per te la cucina mediterranea?
«Un mix di semplicità, colori e profumi. È una cucina che, come quella orientale, non confonde il palato: arriva dritta al punto, senza fronzoli o artifizi. Coraggiosa, è una cucina che non ha bisogno di nascondersi dietro troppi grassi o salse. Una cucina che fa innamorare e che, proponendo in maniera implicita la convivialità, unisce».

I tuoi tre piatti mediterranei preferiti?
«Pasta al pomodoro e basilico; insalata greca di pomodori con cetrioli, olive e feta e pizza napoletana».

Se dico bar....?
«Penso a un luogo di relax e di incontro. Non ho l’abitudine di bere l’aperitivo fuori casa, ma ogni tanto frequento il bar dopo cena per fare due chiacchiere con gli amici».

Un consiglio per i gestori di bar e ristoranti?
« Non seguite le mode: sono passeggere e futili. Meglio crearsi un’identità forte e autentica».



Dove porteresti a cena un amico straniero?

«A Roma al **Marzapane dolce&cucina**, in via Velletri 39. È un locale innovativo e polifunzionale: il bancone ospita dolci monoporzione, per pranzo ci sono crêpe, sandwich, panini e insalate e all’ora di cena diventa un ristorante con un menu originale e accattivante. A Milano, andrei all’**Erba Brusca**. È sorto sulle ceneri di un vecchio e glorioso locale milanese, l’Osteria del Tubetto, che Alice Delcourt insieme a Cesare Battisti e a Danilo Ingannamorte del Ristorante Ratanà hanno deciso di recuperare. Al confine tra campagna e città, dove una volta nei campi c’erano le marcite e l’acetosella -ovvero

l’erba brusca- il ristorante si propone come anello di ricongiunzione con la dimensione rurale».

UN CAFFE’ CON… Una rubrica di Nicole Cavazzuti

*Il bar? A qualcuno piace storico, ad altri moderno e polifunzionale. E il ristorante: c’è chi preferisce la trattoria, chi il locale di lusso. I Vip raccontano a Mixer Planet gusti e sogni in fatto di fuori casa. Ecco “Un caffè con…”. Una rubrica per tutti, non solo per gli addetti ai lavori.*

Un caffè con... Melita Toniolo

Un caffè con... Gabriele Cirilli

Un caffè con… Federica Torti

Un caffè con… Elenoire Casalegno

Un caffè con… Tessa Gelisio

Un caffè con… Marika Fruscio

Un caffè con… Elisa Isoardi

Un caffè con… Frank Matano

Un caffè con… Clelia D’Onofrio

Un caffè con… Paolino Ruffini

Un caffè con… Sara Brusco

Un caffè con… Michela Coppa

Un caffè con… Senit

Un caffè con… Emanuele Biggi

Un caffè con… Ana Laura Ribas

Un caffè con… Diego Abatantuono

Un caffè con… Alessandro Borghese

Un caffè con… Marisa Laurito

Un caffè con… Melissa Satta

Un caffè con… Bruno Barbieri

Un caffè con… Raul Cremona