# L’arte antica della fermentazione, tra piatti e cocktail

fermentazione-1-3e226263

***Foto di Anna Cerrato***

Piatti etnici, regionali, macrobiotici, vegani e vegetariani, semplici e di ricerca, griffati e casalinghi… Quanti sapori ha la cucina? Non c’è proprio più nulla da scoprire e inventare? Le risposte probabilmente si possono trovare anche nel passato quando, ad esempio, non esisteva la possibilità di conservare gli alimenti, destinati in breve al moderno bidone dell’umido. In quei tempi antichi il cibo era mera sussistenza, nulla andava sprecato, tutto doveva essere conservato nel modo migliore possibile e per lungo tempo; ne andava della propria sopravvivenza. La necessità aguzzò quindi l’ingegno: e, ai tempi nostri, perché non sfruttare il naturale decadimento degli alimenti per una adeguata conservazione, ma soprattutto per preparare pietanze naturali, gustose e sane? Con una buona dose di approssimazione questo è il concetto alla base della tecnica di fermentazione e macerazione dei cibi che il giovane chef **Mattia Baroni** ha fatto suo.

**SAPORI ANTICHI**

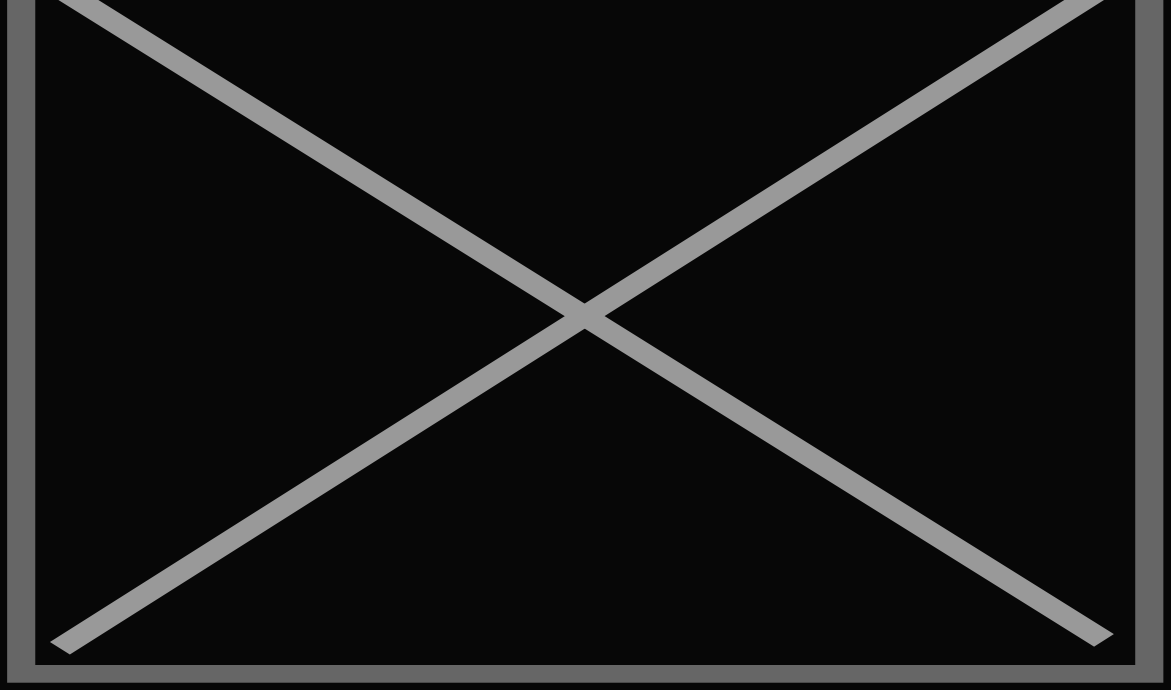


È una cucina, quella che Mattia Baroni propone al ristorante

Haselburg di Bolzano, attenta al benessere, sana, gustosa, digeribile; non solo quindi le migliori materie prime del territorio, in accordo con fornitori in sintonia con la filosofia che è alla base delle sue

ricette, ma anche il rispetto della stagionalità, l’attenzione alla biodiversità e alla filiera dei prodotti e, soprattutto, la riscoperta delle antiche conoscenze in fatto di conservazione dei prodotti. Da qui ecco le tecniche di fermentazione e macerazione, dalle origini antiche unite alle moderne tecnologie che la cucina attuale può offrire. Semplificando, la fermentazione degli alimenti equivale alla tradizionale cottura. Quasi però, poiché questa tecnica antica non toglie proprietà nutritive né gusto, che invece la più classica preparazione tende, in alcuni casi, a ridurre. Si ottengono quindi cibi probiotici, non adulterati, e sapori andati perduti; alimenti quasi “vivi”. È la ricerca, quasi estrema, di Umami, inteso come quinto gusto, come esaltatore non antagonista degli altri ma, al contrario, amplificatore. “L’Umami – spiega Mattia – è dovuto a un aminoacido contenuto in natura, libero, in concentrazione sufficiente in alcune alghe e pochissimi altri prodotti. Gli aminoacidi sono completamente insapori quando impegnati in una struttura proteica; cucinandoli riusciamo a idrolizzare le proteine estraendone alcuni o altri (in base a temperatura e tempo) donando quindi sapore. Fermentando e macerando si riescono a creare degli enzimi che riescono a fare idrolisi delle proteine senza dover scaldare il prodotto e quindi a estrarre aminoacidi, cioè gusto. La cosa interessante è che, oltre ad estrarne di più, ne ricaviamo di diversi, riuscendo a dare nuove sfaccettature di sapore a ciò che in realtà già conosciamo”. Addomesticare gli enzimi per farli lavorare in favore di gusto e digeribilità: ecco quindi, che dalla cucina di Mattia Baroni la tecnica di fermentazione e macerazione dà luogo a vari tipi di garum (agnello, vitello, maiale, gamberi, “creato” utilizzando solo gli scarti di produzione), miso e piso (parente stretto del miso, il piso è una fermentazione di legumi, cereali, ortaggi con buona percentuale di proteine e con residui, come nel caso dei bacelli dei piselli), marinature enzimatiche per le carni (anatra e agnello, ad esempio) e tanti altri. Il risultato? Mille piatti diversi, di gusto, benessere, digeribilità.

[caption id="attachment_159567" align="aligncenter" width="600"]

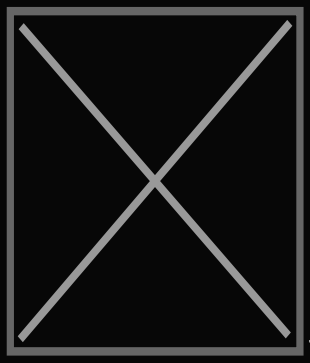


Con la tecnica della fermentazione degli alimenti lo chef Mattia Baroni ha riscoperto antichi gusti ormai dimenticati, sani, genuini e digeribili.[/caption]

**KOMBUCHA, IL COCKTAIL CHE NON C'ERA**

Fermentazione e macerazione non sono però, per Mattia Baroni, solo esclusive per piatti e ricette. Ne beneficiano anche bevande, alcoliche e non: è il caso della kombucha, ultima novità in fatto di cocktail. All'interno del ristorante Haselburg lo chef ha infatti inaugurato da pochi mesi il primo Kombucha bar d'Italia, che propone la bevanda fermentata probiotica a base di tè che, partita dalla Cina, sta conquistando Stati Uniti e mondo anglosassone. Le prime notizie la fanno risalire alla dinastia cinese Qin (intorno al 250 a.C.): era chiamata "elisir della salute immortale" per i suoi benefici effetti sulla digestione e sulle funzioni vitali. Successivamente la kombucha si diffuse in Russia e nell'Europa dell'Est, verso la fine del Medioevo. La sua preparazione è semplice: il tè (verde, nero o un mix di entrambi) o altre infusioni tanniche, zucchero e acqua filtrata vengono sigillati con un tappetino di cellulosa chiamato Scoby (una coltura simbiotica di batteri e lievito). Si fa galleggiare questo biofilm sulla miscela e si lascia fermentare dai 7 ai 30 giorni, a seconda del clima e delle preferenze personali; il gusto della kombucha può essere interamente personalizzato aggiungendo frutta e spezie. È il cocktail che non c'era che, dal passato, guarda al futuro.

**MATTIA BARONI, UN INGEGNERE IN CUCINA**



Trentaduenne gardesano doc, Mattia Baroni è un ingegnere mancato: a pochi esami dalla laurea decide che la cucina, sua antica passione, sarà la sua professione e inizia a viaggiare. Dopo alcune esperienze sul lago di Garda si trasferisce in Australia e giunge ben presto a svolgere il ruolo di capo partita al Wolfies restaurant. Dopo un’esperienza a Londra e all’Hotel Monopol in Svizzera torna in Italia, a Villa d’Este, dove opera nel solco della grande tradizione alberghiera e culinaria italiana. Prosegue con un’importante esperienza al ristorante Sissi di Merano e al Bad Schörgau di Sarentino, dove contribuisce al conseguimento dell’ambita Stella Michelin fino ad approdare al ristorante Haselburg, che gli dà l’occasione di applicare le sue idee sul campo.