

LA CUCINA DI CASA ITALIANA: DAL CAMPO ALLA TAVOLA

Nel nostro Paese, come in molte altre regioni del mondo, due grandi crisi, apparentemente non correlate, stanno incidendo profondamente sull'economia e sulla salute e il benessere della popolazione. Un numero sempre maggiore di evidenze e di dati indicano con chiarezza che queste due distinte criticità sono strettamente interdipendenti, se non due facce di una stessa medaglia, e che, di conseguenza, solo strategie sistemiche e multidimensionali potrebbero risultare efficaci nel fornire risposte, a medio e lungo termine, ad un fenomeno così globalmente diffuso.

Il sistema Agroalimentare

Il sistema agroalimentare italiano riveste una notevole importanza, sia in termini di fatturato e numero di imprese che di occupazione, per la caratterizzazione del Made in Italy e, più in generale, dello stile di vita italiano nel mondo. L'industria alimentare italiana affronta oggi una fase di profonda evoluzione basata, da un lato, sulle dinamiche interne del sistema e, dall'altro, sul più generale processo di globalizzazione che investe profondamente l'intera economia mondiale. Questi cambiamenti sono influenzati e, a loro volta, influenzano le nuove tendenze del comportamento dei consumatori, sebbene fattori associati alle diversità regionali, culturali ed individuali abbiano un impatto significativo e sistematico sul comportamento di "acquisto impulsivo" [Kacen e Lee 2002]. I radicali cambiamenti nei sistemi di produzione, commercio e distribuzione dei prodotti agroalimentari hanno generato cambiamenti socio-economici che, a loro volta, hanno modificato le abitudini alimentari dei consumatori [Greendex 2014]. Negli ultimi decenni abbiamo assistito a fenomeni sociali molto significativi, come la destrutturazione del nucleo familiare, la crescente inclusione delle donne sia nel mercato del lavoro che nelle attività economiche, la diffusione dell'orario continuato di apertura di supermercati e centri commerciali ed il costante aumento del consumo alimentare "fuori casa", che ha determinato una profonda riorganizzazione dei ritmi di vita individuali e collettivi ed ha contribuito a generare cambiamenti significativi nei modelli alimentari. Questi ultimi sono inoltre caratterizzati da un grado di lavorazione e di processazione delle materie prime sempre crescente, favorendo quindi una diminuzione dei tempi dedicati alla preparazione e al consumo degli alimenti e determinando una conseguente preferenza per prodotti caratterizzati da un maggior contenuto di servizi aggiuntivi (si pensi alla *home delivery*) che i consumatori sono disposti ad acquistare a prezzi più elevati. D'altra parte, un altro fenomeno che si è accresciuto negli ultimi anni è la domanda di prodotti alimentari sicuri con qualità stabile nel tempo, che forniscono al consumatore un alto livello di soddisfazione basata sul gusto [Grunert 2005]. Questo è, a sua volta, strettamente connesso ad altri importanti aspetti, quali l'impatto sullo stato di salute ed il benessere sia individuale che collettivo, la genuinità e naturalità delle materie prime utilizzate, il legame con il territorio, la sua storia e le sue tradizioni, fattori che hanno tutti contribuito alla realizzazione di sistemi per la tracciabilità dei prodotti alimentari e la valorizzazione delle diverse culture enogastronomiche sparse sul territorio nazionale e regionale. Inoltre, i recenti cambiamenti del sistema agroalimentare italiano traggono origine dalla trasformazione dei sistemi distributivi, divenuti sempre più simili a quelli già affermati nei paesi europei più avanzati, per cui, insieme al gigantismo delle grandi aziende della Grande Distribuzione Organizzata (GDO), che competono sui prezzi e dettano le condizioni per l'ingresso nel mercato di altre imprese, esistono piccole/medie imprese agricole e agroalimentari, generalmente caratterizzate da basso potere contrattuale e limitata capacità di occupare segmenti di mercato significativi. Tali aziende, inoltre, essendo generalmente basate su strutture atomistiche, subiscono la conseguente difficoltà di sviluppare prodotti innovativi e competitivi sul mercato in generale. Per quanto riguarda il nostro settore

agroalimentare regionale, pur presentando il maggior numero di imprese del Paese, con le maggiori percentuali di superficie agricola utilizzata per vigneti, colture ortofrutticole, presenta, mediamente, una delle dimensioni aziendali più basse, in termini di ettari o dipendenti per azienda [ISTAT 2010]. Gli investimenti regionali nel settore agroalimentare sono ben al di sotto della media nazionale (quasi il 50%), con il valore aggiunto agricolo in altopiano siciliano e le unità di occupazione nell'agroindustria che sono diminuite nell'ultimo decennio [INEA 2013]. Inoltre, le piccole/medie imprese (PMI) del settore sono spesso caratterizzate da un limitato potenziale di innovazione, una scarsa integrazione con gli enti di ricerca pubblico-privati e un'insufficiente sistematizzazione e organizzazione delle risorse esistenti in una rete territoriale estesa. Ciò si traduce in crescenti difficoltà per le PMI a gestire mercati nazionali ed esteri con caratteristiche di qualità e competitività.

Le malattie croniche non trasmissibili (MCNT)

Secondo l'OMS, le malattie non trasmissibili (MCNT), rappresentate principalmente da malattie cardiovascolari, cancro, malattie respiratorie croniche e diabete, hanno rappresentato il 71% dei 57 milioni di decessi nel mondo nel 2016 [WHO 2018a]. Nella nostra regione, le malattie non trasmissibili rappresentano quasi l'80% di tutte le cause di morte in entrambi i sessi [ReNCaM 2014]. Tuttavia, il rischio globale di morire a causa di una di queste quattro principali malattie non trasmissibili nelle persone di età compresa tra 30 e 70 anni è costantemente diminuito negli ultimi due decenni (dal 22% nel 2000 al 18% nel 2016) [WHO 2018b]. D'altra parte, diversi studi epidemiologici indicano chiaramente che tutti i paesi occidentali, Italia compresa, stanno assistendo a vere e proprie epidemie di queste malattie non trasmissibili e di obesità sia adulta che infantile, soprattutto a causa dei drammatici cambiamenti avvenuti sia nei sistemi alimentari che nelle abitudini alimentari dei consumatori a livello globale [Hunter e Reddy 2013]. Inoltre, la comparsa di molte malattie croniche si verifica oggi ad un'età media inferiore, con un progressivo spostamento verso età di insorgenza più precoci di varie malattie, tra cui diabete, cancro e obesità [Gale, 2002]. Paradossalmente, questi cambiamenti hanno prodotto le conseguenze più profonde e rapide nei paesi dell'Europa meridionale, tra cui Italia, Grecia, Portogallo e Spagna, portando ad un aumento significativo dei tassi di incidenza delle malattie non trasmissibili, insieme ad alte percentuali di sovrappeso e/o bambini obesi [Wijnhoven et al. 2014], a seguito di trasformazioni culturali, sociali, economiche e genetiche. Il progressivo calo della mortalità per malattie non trasmissibili, unito all'aumento della loro incidenza a livello mondiale, ha prodotto un allarmante fenomeno "a forbice", consistente in un notevole e continuo aumento del numero totale dei malati cronici, cioè della prevalenza delle MCNT [Hunter e Reddy 2013]. Questa tendenza causa problemi economici, sociali e sanitari di eccezionale rilevanza in tutto il mondo e alla fine ha portato l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), insieme a tutte le principali istituzioni sanitarie, a lanciare un piano d'azione pluriennale (2013-2020) per la prevenzione primaria e il controllo delle malattie non trasmissibili basato su strategie intersettoriali mirate alla rimozione dei principali fattori di rischio per queste malattie, tra cui il consumo di tabacco, l'inquinamento atmosferico, l'inattività fisica, l'uso dannoso di alcol e, in particolare, una scorretta alimentazione [WHO 2013]. In questo quadro, la sempre maggiore prevalenza di malattie non trasmissibili è sostanzialmente una conseguenza del passaggio dai modelli alimentari e dall'attività fisica tradizionali a quelli contemporanei. Questo cambiamento, spesso definito "transizione nutrizionale", si basa sulla disponibilità sempre più ampia di cibo poco costoso e ad alta densità calorica, molto spesso a discapito di prodotti locali, più sani e "biodiversi". In particolare, gli alimenti trasformati e ultra-trasformati, ricchi di sale, zucchero raffinato e/o dolcificanti, grassi saturi e trans, stanno largamente superando la disponibilità di alimenti sani, ricchi di micronutrienti, tra cui frutta fresca e secca, verdura, legumi. Inoltre, mentre l'assunzione di cereali

integrali e non raffinati sta sensibilmente riducendosi e quella di frutta e verdura rimane largamente insufficiente, il consumo di carne, latticini e bevande zuccherate è notevolmente incrementato nella maggior parte delle regioni del mondo. In un recente studio italiano, Giampaoli e colleghi hanno confrontato il consumo di cibo di un'indagine auto-riferita registrata nel 1960 in un villaggio del sud Italia (Nicotera) con quello di un'indagine OEC/HES effettuata nel 2008-2012 su 1968 uomini e 2062 donne, di età compresa tra 40 e 59 anni. Gli autori hanno riscontrato che il consumo di cereali è sceso a meno del 40% in entrambi i sessi, mentre l'assunzione di carne, prodotti caseari, latte e dolci è aumentata da 2 a 4 volte [Giampaoli et al. 2015].

I sistemi e gli ambienti alimentari

Per definizione, un *sistema alimentare* comprende “tutti gli elementi (ambiente, persone, input, processi, infrastrutture, istituzioni) e le attività che riguardano la pre-produzione, produzione, trasformazione, distribuzione, preparazione e consumo degli alimenti e gli *output* di tutte queste attività, compresi gli effetti socioeconomici e ambientali” [High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition 2017]. All'interno di tale più ampio contesto, gli individui acquistano e consumano cibo nell'*ambiente alimentare*, definito come "l'interfaccia che comprende dimensioni esterne, come disponibilità, prezzi, caratteristiche del prodotto e di chi lo commercia e informazioni promozionali, nonché dimensioni personali, come l'accessibilità, convenienza e desiderabilità delle fonti e dei prodotti alimentari” [Turner et al. 2018].

Sistemi ed ambienti alimentari sono soggetti ad a una ampia varietà di *driver* e di politiche che rispettivamente includono questioni demografiche, globalizzazione, urbanizzazione e cambiamenti climatici, e comprendono politiche ambientali, agricole, commerciali ed economiche, sia a livello locale che globale [Branca et al. 2019]. In particolare, l'acquisto ed il consumo di cibo appaiono generati da una serie di intricate interazioni tra questi due domini e le loro diverse dimensioni, esterne ed interne. Nell'ambiente alimentare, il comportamento del consumatore ha un ruolo centrale ed è soggetto all'influenza di una molteplicità di fattori, appartenenti al background culturale e alle conoscenze individuali, preferenze personali, disponibilità e accessibilità, sia fisica che economica, tempo disponibile per l'acquisto, la preparazione ed il consumo del cibo. Negli ultimi decenni, il comportamento dei consumatori è stato l'obiettivo principale di strategie di marketing aggressive delle principali aziende alimentari e delle grandi catene di distribuzione, finendo per permeare estesamente il sistema alimentare e fornire alimenti per lo più poco costosi e dannosi, con effetti devastanti sulla salute pubblica, in particolare per le persone a basso reddito, per i paesi in via di sviluppo e per le popolazioni vulnerabili ed emarginate. Oggi, sebbene i cittadini siano letteralmente immersi in un ambiente costituito da una serie innumerevole di notizie, informazioni, rapporti, forum, blog, pubblicità sui mass e social media e sul web, molto spesso la maggior parte di tali informazioni proviene da una varietà estremamente diversificata e dubbia di fonti che possono influenzare pesantemente e/o modificare il comportamento e le convinzioni dei consumatori. Fortunatamente, l'idea di fondo che il cibo sia importante per la salute umana ha oggi pervaso la popolazione generale ed ha generato una domanda sempre maggiore di prodotti sani e sicuri, caratterizzata da un consumo elevato di frutta e verdura e un crescente interesse per i prodotti contenenti *superfood* come ingredienti salutari. In questo contesto altamente frammentato e complesso, appare urgente e imperativo sviluppare politiche, programmi e campagne per il *counseling* nutrizionale e l'educazione dei cittadini basata su prove scientifiche solide e informazioni condivise e verificabili. In tal senso, promuovere sia la produzione che la competitività dei prodotti alimentari tradizionali sui mercati regionali, nazionali e internazionali, attraverso una serie di attività volte ad aumentare il loro potenziale salutistico e/o nutraceutico, consentire il rapido trasferimento tecnologico e lo sviluppo industriale di processi o prodotti, e porre in essere interventi di educazione

alimentare e comportamentale per sviluppare conoscenze e competenze individuali (*empowerment*) in merito a stile di vita, alimentazione e salute — rappresenterebbe una strategia sistemica ad alto impatto, almeno a medio e lungo termine, necessaria se si vogliono conseguire risultati significativi dal punto di vista economico, tecnologico e sanitario.

La cucina Italiana

La cucina è una forma di cultura perché riassume molti aspetti della vita di un popolo e ne rispecchia gli usi e i costumi, le vicende storiche, l'organizzazione sociale, il rapporto con l'ambiente. Presso ogni popolo fattori sociali, economici, tecnici e religiosi influenzano il modo di impiegare gli alimenti, di accettarli o escluderli dalla tavola.

La cucina nazionale rappresenta l'evoluzione della cucina popolare contadina tipica delle diverse Regioni italiane. Con il passare del tempo le migliori ricette delle varie tradizioni locali si sono diffuse a territori sempre più vasti fino a diventare patrimonio di tutto il Paese.

È conosciuta come classico esempio di Dieta Mediterranea, riconosciuta come patrimonio immateriale dell'umanità dall'UNESCO nel 2010. Inoltre, si tratta di una delle culture gastronomiche più note ed apprezzate a livello globale; l'Italia è anche rinomata per la produzione di olio extravergine d'oliva, formaggi, salumi, vini, frutta e dolci, che figurano tra gli oltre 5.300 prodotti delle tradizioni regionali. La cucina italiana è all'origine di un giro di affari che supera 200 miliardi di euro nel mondo.

Una delle caratteristiche principali della cucina italiana è la sua frugalità e semplicità, con molti piatti composti da pochi ingredienti: i cuochi italiani fanno affidamento sulla qualità degli ingredienti, piuttosto che sulla complessità della loro preparazione.

I piatti e le ricette più diffuse, nel corso dei secoli, sono stati spesso creati dalle nonne più che dagli chef, ed è per questo che molte ricette italiane si adattano perfettamente alla cucina casalinga e quotidiana, rispettando le specificità territoriali, privilegiando esclusivamente materie prime e ingredienti propri della regione di origine del piatto e preservandone la stagionalità.

Gli ingredienti (territoriali e tradizionali)

Gli alimenti di base della cucina italiana sono l'olio extravergine d'oliva, alimento per eccellenza della Dieta Mediterranea, i derivati del frumento duro (pane, pasta), i cereali, le verdure, gli ortaggi, la frutta, il vino. Per quanto riguarda gli alimenti ad elevato contenuto proteico, una caratteristica distintiva della cultura gastronomica italiana, rispetto alle cucine di molti altri paesi, è quella di considerare, nella preparazione di un pasto, della stessa importanza della carne altri alimenti, in particolare quelli di origine vegetale; infatti, la sua presenza a tavola è tipicamente sostituita, in alcuni giorni della settimana, da altri alimenti come i legumi, il pesce, i formaggi e le uova, come del resto accade in altre cucine mediterranee. Il caffè, espresso o preparato con la moka, è considerato un elemento insostituibile nella tradizione alimentare italiana, sia utilizzandolo per concludere il pasto, sia consumandolo da solo in altri momenti della giornata.

La cucina regionale italiana nasce da antiche tradizioni alimentari. Nel corso del tempo, infatti, in ogni città e in ogni paese si sono consolidate abitudini gastronomiche e sono stati creati piatti tipici a base di prodotti locali che hanno portato alla definizione di veri e propri sistemi gastronomici regionali.

Lo stretto legame fra produzioni alimentari e specialità tipiche è evidente in ogni regione. Per fare alcuni esempi, in Piemonte e in Lombardia sono diffuse le colture di riso, ingrediente che compare in molte ricette tipiche, a cominciare dai diversi tipi di risotto. In Liguria si coltivano ampiamente olivo ed erbe aromatiche quali il basilico che ritroviamo insieme nel "pesto" usato per condire pasta e primi piatti.

Nel Nord-est una delle principali colture è il mais, ingrediente base della polenta, alimento che accompagna molti piatti tipici. L'ampio assortimento di paste fresche della cucina emiliana testimonia la diffusione della produzione del grano duro.

In tutta l'Italia centrale si produce l'olio extravergine di oliva, usato in moltissime ricette: l'allevamento di razze bovine dalle carni pregiate ha favorito la nascita di piatti come la bistecca alla fiorentina. La produzione agricola dell'Italia meridionale è caratterizzata dall'abbondanza di pomodori da insalata e da salsa che ritroviamo in numerosissime specialità, sia per condire primi piatti che per cotture di carne in umido.

Le zone costiere di tutto il nostro paese sono ricche di specialità a base di pesce, dalle zuppe ai fritti alle grigliate. Ogni regione vanta inoltre produzioni particolari di latticini, formaggi e salumi grazie ai tanti allevamenti bovini, ovini, caprini.

Per quanto riguarda la pasticceria, infine, le specialità sono spesso legate a feste religiose o a particolari periodi dell'anno (ad esempio i dolci fritti di Carnevale come le chiacchiere o frappe).

Spesso è difficile risalire all'origine di una ricetta: a volte specialità simili si ritrovano in regioni confinanti, altre volte la straordinaria varietà di prodotti, costumi e tradizioni ha portato a considerevoli differenze gastronomiche da luogo a luogo, da regione a regione.

La preparazione (le procedure, gli strumenti)

La preparazione inizia con una buona prassi di conservazione: avendo grande rispetto per i diversi generi e a secondo la loro natura, gli alimenti vengono riposti in frigorifero, a diverse temperature, successivamente lavati, se necessario tagliati, per poi passare alla cottura.

La cottura è il momento più importante della preparazione dei piatti, molti alimenti risultano immangiabili a crudo e occorre quindi sottoporli all'azione di una fonte di calore che li rende commestibili.

La trasmissione del calore al cibo può avvenire in diversi modi:

- per conduzione: il calore si trasmette per contatto diretto tra l'alimento e lo strumento di cottura (ad esempio la piastra);
- per convezione: il calore si trasmette per mezzo di liquidi (acqua, come nel caso della lessatura, o sostanze grasse, come avviene nella frittura) o attraverso l'aria (arrostitimento);
- per irraggiamento: il calore si trasmette tramite radiazioni che si propagano anche in assenza di un contatto diretto tra l'alimento e la fonte di energia o altri fluidi intermedi (come nella cottura a microonde). Una stessa cottura può sfruttare l'azione di diverse modalità di trasmissione del calore; nel forno a termo-convezione, ad esempio, il calore si propaga per irraggiamento dalla fonte di calore, ovvero la resistenza elettrica, per convezione attraverso l'aria ventilata e per conduzione dalla teglia all'alimento.

A seconda dell'azione esercitata dal calore sui componenti dell'alimento abbiamo: cotture per concentrazione, per espansione e miste.

Le cotture per concentrazione possono avvenire in liquidi o grassi caldi, a vapore, in forno o su piastra o griglia preriscaldati. Queste cotture determinano una rapida coagulazione degli strati superficiali dell'alimento (cioè la formazione di una sorta di guscio esterno), con la conseguenza che la perdita dei succhi presenti al suo interno per fuoriuscita risulta sensibilmente ridotta. Le cotture per espansione sono quelle in cui l'alimento viene messo a cuocere in un liquido freddo (lessatura). Prima che si riscaldi, parte delle sostanze contenute nell'alimento si dissolve nel liquido di cottura, che così si arricchisce dei sapori e degli aromi dei cibi. Un esempio di cottura per espansione è la lessatura in acqua fredda, usata per preparare brodi particolarmente aromatici e saporiti. Con la cottura, anche il valore nutrizionale delle vivande si modifica. Il cuoco deve sapere come salvaguardare le proprietà organolettiche e nutritive dei cibi scegliendo la cottura più adatta per

ognuno ed effettuandola alle giuste temperature e nel rispetto dei tempi previsti dalle varie ricette. Fra i metodi di cottura consigliati si ricordano quella al vapore, alla griglia/alla piastra, al cartoccio, al forno, lessato, arrosto, al limone, al vino, al latte, e di tanto in tanto una buona frittura ma rigorosamente in olio extravergine di oliva.

La riscoperta della cucina Mediterranea (fra tradizione e innovazione)

Come ampiamente discusso in precedenza, una corretta alimentazione influisce sempre positivamente sullo stato di salute e quindi sulla qualità della vita.

Una sempre maggiore attenzione e diverse azioni da parte di tutti gli attori dei sistemi alimentari, sono state poste in essere negli ultimi anni al fine di diffondere, promuovere e mettere a sistema i principi, le regole e la cultura di fondo dello stile di vita che è proprio della “Dieta Mediterranea” e di far conoscere al mondo le straordinarie risorse che la nostra terra ha saputo conservare, mantenere, proteggere grazie al lavoro silenzioso e faticoso dei suoi custodi. Oggi si vuole trasformare questi custodi in ambasciatori e veicolare il modo di alimentarsi, di produrre, di vivere dei nostri “territori” attraverso un messaggio nuovo fatto di “identità, salute e sviluppo”. E oggi più che mai si assiste al moltiplicarsi di iniziative e di attività collegate alla prevenzione e alla ricerca, nonché alla sensibilizzazione e all’informazione della popolazione verso un “corretto stile di vita”. Educazione alimentare e promozione delle specificità enogastronomiche locali costituiscono attualmente una “moda” di grande successo. Nascono nuovi programmi, proliferano convegni e giornate di studio, concorsi, laboratori e progetti specifici. Sfortunatamente, manca spesso un coordinamento in grado di creare “valore aggiunto” per il territorio.

È necessario infatti, stabilire delle linee guida territoriali di questo processo, mettere in campo una azione di mappatura, monitoraggio e di valutazione, nonché di raccordo e di messa in rete delle iniziative di successo. Individuare le Buone Prassi a livello locale, replicarle e trasferirle nel contesto nazionale. Interpretare un ruolo istituzionale di regia. Avviare un percorso di sviluppo concertato, partecipato, sostenibile e armonico tra le diverse componenti pubbliche e private chiamate in campo.

Cucina e salute nella storia della cucina siciliana e italiana

La tradizione culinaria siciliana è la più antica d’Europa, rinomata in tutto il bacino del Mediterraneo già al tempo di Platone (Vincenzo Denti Bonanno, duca di Piraino 1798).

Da documenti a noi pervenuti, già nel III sec. a.C. si sottolinea una correlazione fra sana alimentazione e benessere fisico. Eutidemo parla delle caratteristiche salutistiche di legumi e conserve. Archestrato di Gela nel 330 a.C. redige “Il Poema del Bongustaio”

È possibile desumere che la civiltà del mangiare e del bere sia nata proprio nelle città siciliane, dove la cucina è stata sempre ritenuta una vera arte: questo è quanto afferma il politico e gastronomo francese Anthelme Brillat Savarin nella “Fisiologia del gusto” (1825).

La cucina Siciliana introduce per la prima volta il concetto di stagionalità nella cucina e nella pasticceria. Accanto alla cucina aristocratica in Sicilia si affermò un nuovo sapere gastronomico attraverso una cultura orale, tramandata al popolo spesso dagli inservienti o dagli addetti ai lavori più umili nelle corti che «rubando» alcuni segreti dei Monsù diedero vita a piatti che traevano ispirazione da preparazioni preziose e raffinate, realizzate però con materie prime facilmente reperibili. Nascono così ricette come le sarde a beccafico, la zucca in agrodolce, la caponata di melanzane ecc....Le sarde a Beccafico nascono dalla volontà di imitazione di un piatto nobile a base di beccafichi, specie volatile pregiata nelle attività venatorie del 700, in cui le code delle sarde venivano disposte nel piatto all’insù per ricordare le tipiche code di questo volatile.

L'Agrodolce della caponata, inizialmente concepito per la conservazione del pesce (il capone o lampuga), ospita adesso le melanzane o i carciofi, materie prime di prossimità e più vicine alle esigenze economiche della maggioranza della popolazione

Tra il 1700 e 1800 dalle mani e dalle tradizioni dei monsignori giungono a noi: arancine di riso, sarde a beccafico, sartù napoletano, il timballo di maccheroni del gattopardo, anelletti al forno, i maccheroni "di li ziti", la pasta con le sarde, la caponata di spada e di melanzane, il falsomagro o "bruciuluni", e una vastissima varietà di dolci e confetture come la cassata, i cannoli, i taralli, la cuccia, le lingue di suocera, taitù, la pignolata, le conchiglie, le "chiavi di San Pietro", i sucameli (o "sursameli"), i torroni, le chiacchere, il biancomangiare, le gelatine.

Ma la cucina italiana non è soltanto tradizione. Joseph Schumpeter affermava "Fare le cose vecchie in modo nuovo, questa è innovazione". In tal senso, innovazione, tecnologia e formazione devono costituire principi fondanti per i custodi e degli ambasciatori del gusto, con l'obiettivo di sviluppare e trasferire al quotidiano nuovi processi produttivi ed alimenti che, nel rispetto della tradizione e delle diverse identità territoriali, possano dare risposte concrete alle molteplici sfide di una società globalizzata, in particolare alla sostenibilità ambientale, delle produzioni e dei consumi, alla sicurezza ed all'impatto salutistico degli alimenti, alla loro trasformazione, conservazione e distribuzione, al marketing ed all'empowerment del consumatore.

Palermo, 26 Agosto 2022

Giuseppe Carruba

*Responsabile Servizio di Internazionalizzazione e Ricerca Sanitaria (SIRS), ARNAS-Civico, Palermo
Vice-Presidente DIAITA - Società Diaita per gli Stili di Vita, Palermo*

Pietro Pupillo

Docente Istituto Professionale Statale per i Servizi Enogastronomici e l'Ospitalità Alberghiera (IPSSEOA) "Pietro Piazza", Palermo

Bibliografia essenziale

Branca F, Lartey A, Oenema S, Aguayo V, Stordalen GA, Richardson R, Arvelo M, Afshin A. 2019. Transforming the food system to fight non-communicable diseases. *Br Med J*. 364:l296. doi: 10.1136/bmj.l296.

Gale EAM. The rise of childhood type 1 diabetes in the 20th century. 2002. *Diabetes*. 51: 3353–3361.

Giampaoli S, Krogh V, Grioni S, Palmieri L, Gulizia MM, Stamler J, Vanuzzo D. 2015. Eating behaviours of Italian adults: results of the osservatorio epidemiologico Cardiovascolare/Health Examination Survey. *Epidemiol Prev* 39(5-6): 373-379.

Greendex 2014: Consumer Choice and the Environment – A Worldwide Tracking Survey – Full Report. National Geographic/GlobeScan.

Grunert KG. Food quality and safety: consumer perception and demand. 2005. *Eur Rev Agric Econ* 32 (3): 369–391.

High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition. 2017. Nutrition and food systems. A report by the high-level panel of experts on Food security and Nutrition of the Committee on world Food security, Rome.

Hunter DJ and Reddy KS. Noncommunicable diseases. 2013. *N Engl J Med* 369:1336-43. DOI: 10.1056/NEJMra1109345.

INEA 2013. L'agricoltura nella Sicilia in cifre 2012.

ISTAT 2010. 6° Censimento generale dell'agricoltura.

Kacen JJ, Lee JA. 2002. The influence of culture on consumer impulsive buying behavior. *J Consum Psychol* 12: 163–176.

ReNCaM. 2014. Registro Nominativo delle Cause di Morte in Sicilia. Assessorato Regionale Salute, 2014.

Turner C, Aggarwalb A, Wallsc H, Herforthd A, Drewnowskie A, Coatesf J, Kalamatianoua S, Kadiyalaa S. 2018. Concepts and critical perspectives for food environment research: A global framework with implications for action in low- and middle-income countries. *Global Food Security*. 18: 93–101.

Wijnhoven TMA, van Raaij JMA, Spinelli A, Starc G, Hassapidou M, Spiroski I, Rutter H, Martos E, Rito AI, Hovenger R, Pérez-Farinós N, Petrauskiene A, Eldin N, Braeckvelt L, Pudule I, Kunešová M and Breda J. 2014. WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative: body mass index and level of overweight among 6–9-year-old children from school year 2007/2008 to school year 2009/2010. *BMC Public Health*; 14:806. <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/14/806>.

World Health Organization. 2013. Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013–2020. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. 2018a. World Health Statistics 2018 - Monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals.

World Health Organization. 2018b. Global Health Estimates 2016: Deaths by cause, age, sex, by country and by region, 2000–2016. Geneva: World Health Organization; 2018 (http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/estimates/en/index1.html)