



IN VIA STRINGHER, A MARZO IL PRIMO NEGOZIO E SPAZIO DEGUSTAZIONE SPECIALIZZATO IN REGIONE. CONSEGNE ANCHE A DOMICILIO

In città arrivano gli chef del sottovuoto

Oltre 70 ricette sane e leggere. In frigo si conservano anche per 20 o 30 giorni. Al via uno studio con l'Università

STANCHI DEL SOLITO piatto veloce, poco salutare? Per chi ama la cucina gustosa e sana, ma ha poco tempo da dedicare ai fornelli, a Udine aprirà il primo negozio e spazio degustazione di piatti pronti sottovuoto. Una vera novità nel panorama regionale, e tra i primi anche in Italia, «Vitachef» sarà inaugurata agli inizi di marzo in via Stringher.

Nella foto: gli chef Michele Sabbadini (al centro) e Ugo Zanini e il tecnologo Ugo Greatti.

Marchio tutto friulano, ideato dallo chef Michele Sabbadini, di Talmassons, non sarà un semplice negozio, né un ristorante vero e proprio: al piano terra ospiterà il punto vendita dei piatti, confezionati in vaschette da 250 grammi ciascuna; al primo piano una saletta degustazioni, aperta solo all'ora di pranzo; infine l'ultimo piano sarà dedicato al vero e proprio laboratorio, dove saranno pensate ed elaborate le pietanze.

Tutte, rigorosamente, preparate con cottura «sottovuoto». Ovvero? «Si tratta di un sistema di cottura a bassa temperatura, nato in Francia negli anni Settanta e recentemente riscoperto, in particolare nei ristoranti più rinomati, per i suoi numerosi vantaggi – spiega Sabbadini –. La cottura sottovuoto permette infatti di aumentare la durata di conservazione dei prodotti e, allo stesso tempo, di mantenere quasi completamente integre (all'80%) le qualità organolettiche degli ingredienti. Vitamine e proteine rimangono intatte e i sapori

si percepiscono in tutta la loro freschezza». Non solo: «I sali minerali presenti nei cibi non si disperdono, per cui i condimenti, tra i quali il sale, vengono ridotti in maniera cospicua. E lo stesso vale per i grassi».

Cibi più sani e leggeri, dunque. «E più digeribili – assicura Sabbadini –, perché la cottura è uniforme e le condizioni igieniche sono molto più sicure».

Carne, uova, pesce e verdura, chiusi ermeticamente in contenitori ad hoc adattati alla cottura in speciali forni a vapore, si trasformano così in piatti pronti da conservare anche per 20 o 30 giorni, naturalmente in frigorifero, per poi essere riscaldati al momento dell'uso con forno tradizionale o a microonde. «L'obiettivo – spiega Sabbadini – è consentire un'alimentazione equilibrata e varia anche a chi non ha tempo da dedicare alla cucina». Massima attenzione, poi, ad intolleranti, celiaci e sportivi, ai quali sarà dedicata una linea di prodotti specifica, e in generale a tutti coloro che devono seguire dei regimi alimentari particolari. «Chi segue una dieta si lamenta spesso di non trovare il tempo per prepararsi i piatti prescritti – prosegue Sabbadini –, per questo motivo abbiamo illustrato i nostri prodotti ad alcuni dietologi i quali, a chi ne farà richiesta, indicheranno i prodotti «Vitachef» più indicati nelle diete prescritte ai loro pazienti. Per gli sportivi, inoltre,

all'interno del negozio sarà presente un computer che permetterà di calcolare le chilocalorie necessarie a svolgere determinati tipi di allenamento, e la corrispondente scelta di pietanze».

L'assortimento non manca: «Vitachef» proporrà oltre 70 ricette, dalla pasta fresca ai porcini, all'orzotto mantecato al pesto di erbe; dal salmone marinato all'aneto, alla soppresata di piovra. E naturalmente i piatti friulani tradizionali, rigorosamente preparati «sottovuoto».

Ai fornelli, insieme a Sabbadini, ci saranno Ugo Zanini, già chef del ristorante «La Tavernetta» di Colloredo di Monte Albano, e il tecnologo Denis Greatti, che vigilerà su tutti i processi di cottura e conservazione. Grazie ad un progetto attivato con l'Università di Udine, poi, i prodotti saranno analizzati dai ricercatori dell'ateneo che ne verificheranno le potenzialità di conservazione.

«Vitachef» si rivolge a privati, ma intende distribuire i propri prodotti anche ad altri locali, privi di cucine, e a servizi di catering. E Sabbadini punta anche a creare un franchising, così da diffondere il proprio marchio tramite altri punti di distribuzione. Ma a questo si penserà «a tempo debito». Partirà invece da subito il servizio di consegna a domicilio dei piatti pronti ed è già on line il sito internet del negozio (www.vitachef.it). Contiene ricette, informazioni, i nomi dei dietologi «partner» di «Vitachef» e uno spazio aperto nel quale chiunque potrà porre delle domande sulla cucina sottovuoto, direttamente al tecnologo.

VALENTINA ZANELLA