

Comunicato stampa

GIANCARLO PERBELLINI LANCIA DUE MINI SERIE DI VIDEO RICETTE PER I BAMBINI.

Piatti salati e dolci attenti ai loro gusti e all'apporto nutrizionale. Semplici e veloci, da replicare in famiglia, per portare in tavola sapori stagionali e genuini, affidandosi ai segreti e all'esperienza del cuoco scaligero. Presto saprete su quali canali trovarle.

Verona, 2 marzo 2021 - Nell'ultimo anno sono stati i grandi dimenticati. Sono i bambini, che a causa dell'emergenza pandemica si sono visti chiudere le scuole, costretti a un isolamento forzato che ha messo a nudo le loro fragilità. In un momento come questo ancora di grande difficoltà, Giancarlo Perbellini ha pensato di dedicare proprio a loro 24 appetitose video ricette raccolte in due mini serie. Una dedicata al dolce, "X Merenda", e una al salato, "X Bambini", giocando con la X (Per) del suo logo, che richiama le prime tre lettere del suo cognome.

Merende, primi e secondi piatti, dolci e salati, nutrienti e gustosi, attenti al gusto dei più piccoli, studiati per essere replicati facilmente in famiglia per ritrovare il piacere di stare insieme e divertirsi con le mani in pasta. Un'alternativa all'acquisto di cibi industriali, che oltre ad essere più costosi sono meno salutari per i nostri figli. Ricette semplici e veloci, per portare in tavola sapori stagionali e genuini, affidandosi ai segreti e all'esperienza del cuoco scaligero.

Giancarlo Perbellini ha scelto i fornelli della sua Casa (Perbellini) come location delle riprese dove, con l'aiuto dei cuochi della sua brigata stellata e dei suoi locali, ha messo a punto ricette che scavano nella memoria del gusto e del territorio padano, rivisitate in chiave contemporanea. A partire dall'alleggerimento di grassi e zuccheri e dalla riduzione dei tempi e delle temperature, per andare incontro ai ritmi sempre più frenetici delle mamme e dei papà. Sfatando anche il luogo comune secondo cui per cucinare piatti sani e gustosi servono tante preparazioni e tempi necessariamente lunghi. Perché *"se è vero che per aprire un barattolo di crema spalmabile già confezionata e aprire il frigo o la dispensa si impiega lo stesso tempo - afferma Giancarlo Perbellini - "nel secondo caso riusciamo a controllare meglio l'alimentazione dei nostri figli. Certo, è molto più facile aprire un barattolo, ma fare con le proprie mani è senza dubbio più salutare."*

Nessuna tecnica moderna, niente cottura a bassa temperatura o preparazioni sottovuoto. Lo chef ha pensato a ricette semplici, replicabili da tutti, di fronte a cui è davvero impossibile tirarsi indietro: *"Per realizzare il pollo con le patate, ad esempio, un piatto che richiederebbe un'ora di preparazione, abbiamo cucinato una coscia disossata, molto succosa, pronta in venti minuti."* – dichiara lo chef.

Soluzioni veloci e originali, quindi, che rappresentano un modo diverso di proporre gli ingredienti, per indurre i bambini ad assaggiare il più possibile, anche quegli alimenti che sono meno apprezzati dai loro palati, ma che se serviti con un pizzico di fantasia e creatività possono imparare ad amare. Perché spesso a fare la differenza è la lavorazione della materia prima.

"Se iniziamo a conoscere tanti sapori durante l'infanzia, poi la memoria ci consentirà di apprezzarli anche da grandi e arricchiremo la nostra esperienza con il cibo. Per questo abbiamo puntato moltissimo sulla parte vegetale, studiando un ampio ventaglio di proposte con carne, pesce e verdure. Sia per il dolce che per il salato siamo partiti dai classici, come il pane al cioccolato e la pasta al burro. Essendo ricette della tradizione è previsto l'utilizzo di

ingredienti come il burro e lo zucchero. Ma abbiamo ripensato completamente le quantità, alleggerendole nelle parti grassa e zuccherina, prestando grande attenzione all'aspetto nutrizionale. - dichiara Giancarlo Perbellini che da sempre ha a cuore l'educazione alimentare e che da anni tiene vivo questo impegno, insegnando ai più piccoli nelle scuole insieme a Progettomondo.MLAL a nutrirsi in modo completo.

"Durante queste esperienze tra i banchi, a colpirmi è stata la quasi totale assenza delle verdure e della frutta nella dieta dei bambini. E anche il fatto di non seguire la stagionalità, che ritengo un grave errore, perché nutrirsi di alimenti nel rispetto del ciclo delle stagioni è un ottimo modo per variare i sapori, oltre ad essere una scelta sostenibile" - conclude lo chef.

Le due mini serie sono una produzione Orto Visivo con la regia di Guglielmo Magagna.

Coordinamento ufficio stampa

Patrizia Adami

Mob. +348 3820355

Rif. Carlotta Bergamini

Mob. +39 331 2838542

Mail. ufficiostampaclub@gmail.com