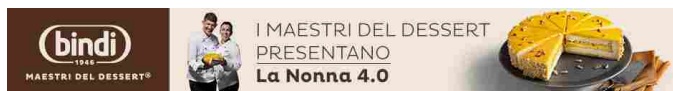




# Italia a Tavola

 Quotidiano di enogastronomia, turismo, ristorazione e accoglienza  
 Lunedì 09 Ottobre 2023 | aggiornato alle 19:08 | 100062 articoli pubblicati

CHECK-IN


 APP DOWNLOAD  


TROPEAEXPERIENCE

HOME » ATTUALITÀ E MERCATO » LIBRI, GUIDE E RICETTARI

## Gli anelli più preziosi di Calabria, la Cipolla di Tropea in un libro unico

La Cipolla Rossa di Tropea Igp è la protagonista di questo volume (252 pagine, edito da Rubettino) che è una raccolta culinaria e allo stesso tempo una vastissima proposta enogastronomica, sono 85 le ricette presenti

09 ottobre 2023 | 18:51



Sono 252 pagine, piene zeppine di sfumature e declinazioni di quello che a tutti gli effetti è già da tempo l'elemento cardine della Dieta Mediterranea e che oggi si è trasformato in un ingrediente irrinunciabile anche per le ricette degli chef gourmet e per quelli che, invece, seguono il mantra della tradizione: in Calabria e nel resto del mondo. **Parliamo della Cipolla Rossa di Tropea IGP che è la protagonista unica e trainante de "Gli Anelli più preziosi di Calabria", una raccolta culinaria e allo stesso tempo una vastissima proposta enogastronomica, racchiusa in un'opera edita da Rubettino, nata dall'idea di editor marketing messa in piedi dal Consorzio di tutela del prezioso bulbo oblungo, presieduto da Giuseppe Laria, e concretizzata grazie al coordinamento editoriale di Daniele Cipollina e dello studio Adv Maiora.**



### Gli anelli più preziosi di Calabria

Il libro è stato presentato nel corso dell'**ultima edizione de La Tropea Experience - il Festival della Cipolla Rossa** che è stato ospitato nel primo weekend di autunno nella splendida e universale cornice di Tropea.

**Gli Anelli più preziosi di Calabria raccontano di un ortaggio che per tradizione, però, non è solo un ortaggio.** La Cipolla di Tropea viene richiamata dai romani e ancor prima dai Greci che qui, nella grande penisola cara a Re Italo, scoprirono questo elemento della terra, il suo **sapore gustoso e intenso e i suoi effetti benefici.**



Non a caso una sezione del libro è totalmente dedicata alle declinazioni non prettamente gastronomiche del tubero rosso bensì a quel mondo parallelo alla cucina che parla di **salute, di corretta alimentazione, di prevenzione e cura**, ma anche di una serie infinita di utilizzi a cui si presta la preziosa cipolla tropeana.

### Gli Anelli più preziosi di Calabria, la parola al nutrizionista Domenicantonio Galatà

E proprio a proposito di salute e corretta alimentazione abbiamo avuto modo di parlarne con **Domenicantonio Galatà**, presidente dell'Associazione Italiana Nutrizionisti in Cucina.



Daniele Cipollina e Domenicantonio Galatà

**La Cipolla di Tropea, uno degli ortaggi più utilizzati in cucina e più famosi al mondo per rappresentare l'Italia. Ma non è solo buono, fa anche bene, perché?**

*La cipolla rossa è uno degli ingredienti cardine della dieta mediterranea, quindi patrimonio dell'umanità. Quindi già questa dovrebbe essere un attestato di garanzia - una sorta di carta d'identità. E poi contiene più di 150 sostanze biattive che abbassano il colesterolo, riducono patologie cardiovascolari. Ma io sono più di dieci anni che racconto sempre gli aspetti nutrizionali della cipolla rossa di Tropea IGP. C'è da dire una cosa dobbiamo consumare, dobbiamo imparare a consumare questi prodotti nutraceutici contestualizzati all'interno di una dieta salutare, di uno stile di vita slow.*

**Ma quale dovrebbe essere la dose giusta? Quante cipolle dovremmo mangiare?**

*Una volta qualcuno mi chiese - perché ormai seguo il consorzio da anni - mi chiese: "Ma come si conserva una cipolla rossa?" Io ho detto la cipolla rossa una volta che la tagli, mangiare tutta. Quindi io direi almeno una cipolla rossa al giorno. Perché tanto, o la metti dentro l'insalata, o la usi per fare il sugo, oppure anche così grigliata in padella...*

**Su questo poi c'è un libro che hai presentato proprio in questi giorni qui a Tropea, che contiene ricette, tutte facili secondo te?**

*Direi la bibbia della cipolla. Le ricette sicuramente non sono tutte semplici, perché ci sono anche grandi cuochi che fanno anche un finedining anche con la cipolla rossa. Ma io direi un'altra cosa che tante cose, se oggi noi le portiamo e le facciamo in cucina, le dobbiamo anche ai cuochi. Quindi non dobbiamo spaventarci. E il nutrizionista si pone tra il cuoco e il consumatore, anche per raccontare in maniera scientifica, in maniera veritiera.*

**Tu sei anche il presidente di un'associazione di nutrizionisti che fanno comunicazione...**

*Ci occupiamo di valorizzazione e tutela della cucina mediterranea. Adesso siamo molto focalizzati sulla cucina mediterranea e quindi sulla cipolla rossa, ma anche su tutti gli ingredienti tipici che possiamo trovare in Calabria, tra cui peperoncino. E poi non dobbiamo mai dimenticarci le nostre radici.*

## Gli Anelli più preziosi di Calabria, 17 grandi cuochi e 85 ricette

Ma la vera novità de Gli Anelli più preziosi di Calabria sta nell'aver messo insieme i Signori dei fuochi italiani riunendoli tutti attorno ad una toskieniana tavola del gusto. Un vero e proprio prontuario di cucina gourmet che mette insieme 17 tra i più importanti chef nazionali e le loro ricette, tutte a base di Cipolla Rossa. Dai primi al dolce, dagli antipasti ai secondi, 85 modi di preparare e cucinare la Cipolla Rossa di Tropea in un ricettario che rappresenta un forziere preziosissimo di promozione, idee, fantasia e bontà, tutta a portata di mano e di fornelli. Da Gaetano Alia a Massimo Olivadoti, da Simone Cantafio a Igles Corelli, da Paolo Dodaro ad Antonino Esposito, da Luigi Ferraro ad Antonio Franzè, da Vincenzo Grisolia a Francesca Manis, da Luigi Quintieri a Giuseppe Romano, da Andrea Ruisi ad Antonio Torchia, da Pierluigi Vacca ad Ercole Villirillo. E poi, ciliegina sulla torta, Enzo Barbieri, ambasciatore della cucina calabrese che ripercorrendo le orme della tradizione culinaria verace e integralista del territorio ha dato il meglio di sé anche in questo nuovo prodotto editoriale.



*Cipolla Rossa di Tropea è buona e anche sana*

Sue le ricette che legano la Cipolla di Tropea a tutti gli altri territori calabresi, ognuno con una sua tipicità e caratteristica di gusto. Da qui la preparazione per una gustosa e succulenta **Cipolla Rossa farcita o una deliziosa Cipolla Rossa appassita sui peperoni Cruski di Altomonte**. Per i palati più esigenti, poi, c'è la **Tartar di Tonno rosso, pomodorini, capperi condita e cosparsa di dadolata di Cipolla di Tropea**. E poi ancora i ricercatissimi **Rasciadi, una pasta tipica dell'Appennino costiero calabrese**, con pomodorini di collina, cipolle IGP di Tropea e ricotta di capra stagionata. Infine il mare per abbinare il re del pescato locale, le **alici di Fuscaldo, con la Cipolla Rossa e rigorosamente di Tropea**.

Insomma, **252 pagine goduriose, impaginate in una innovativa brossura dal formato quadrato da una delle più importanti e identitarie - perché l'identità è un must imprescindibile - case editrici della Calabria**. Un viaggio lungo più di tremila anni all'interno di un pezzo di storia agroalimentare calabrese che rimane immutato nella sua bontà e semplicità, dai Fenici a noi.

© Riproduzione riservata

 STAMPA

HOME » ATTUALITÀ E MERCATO » LIBRI, GUIDE E RICETTARI

» Gli anelli più preziosi di Calabria, la Cipolla di Tropea in un libro unico - Italia a Tavola



GLI ANELLI PIÙ PREZIOSI DI CALABRIA

CIPOLLA ROSSA DI TROPEA CALABRIA IGP

TROPEA

TROPEAEXPERIENCE

CALABRIA

GIUSEPPE ROMANO

IGLES CORELLI

PIERLUIGI VACCA

ERCOLE VILLIRILLO

ENZO BARBIERI

DOMENICANTONIO GALATÀ

DANIELE CIPOLLINA

SCRIVI UN COMMENTO

• Leggi CHECK-IN: Ristoranti, Hotel e Viaggi