

# Ambasciatori dei mieli



di Carlo Olivero



## CENA AL MIELE PER ESPERTI E LEZIONE DI CUCINA

Anche se da un po' di tempo non vi ho più narrato le mie esperienze di cucina con il miele, sappiate che i miei esperimenti continuano e si moltiplicano le occasioni in cui provare ancora...

Al riguardo voglio descrivervi due recenti esperienze in cui ho utilizzato le medesime ricette in due contesti molto diversi.

La prima occasione è stato un incontro fra i docenti dell'Albo

degli Esperti in Analisi sensoriale del miele. Dovevamo trovarci per condividere e programmare i contenuti dei corsi di Analisi sensoriale; fra gli argomenti in discussione vi era il discorso del ruolo del miele sulla tavola. Mi è stato chiesto se ero disponibile a trasmettere le mie esperienze e la risposta immediata è stata: "prepariamo la cena insieme". L'ambiente è stupendo, un agriturismo a San

Sepolcro, un angolo di Toscana affascinante. Organizza l'incontro Marco Valentini che si occupa della spesa. Poco dopo le diciotto siamo tutti pronti in cucina a preparare...

Ecco il menù previsto: branzino marinato con carciofi, marinata di orata con peperoni fritti, carne cruda tagliata al coltello con insalata di arance, insalata di carciofi con pecorino e bottarga, risotto al barolo (sostitui-

Branzino marinato con carciofi.



Marinata di orata con peperoni fritti.





San Sepolcro, incontro fra gli esperti in analisi sensoriale.

to come controfigura da un'ottima barbera) con miele di castagno, filetto di maiale accompagnato da carote saltate nel miele di acacia e mele renette con miele di lavanda; a chiudere macedonia con miele di erica arborea.

Tutti i futuri commensali si danno da fare nel pulire i carciofi e tagliarli a fette sottili (per poi immergerli in una terrina con acqua e un cucchiaino di miele e estrarli sbiancati), tagliare la frutta per la macedonia, sfilettare il pesce, preparare una dadolata di pomodori e tagliuzzare le arance, preparare un brodo per il risotto, tagliare il filetto di maiale, laccarlo con il miele e infarinarlo e, soprattutto, preparare le emulsioni. Il risultato può forse apparire dalle foto scattate dalla professoressa Paola Ferrazzi e vi assicuro che la cena è stata simpatica e deliziosa.

Ciò che mi preme raccontarvi è la logica che sta dietro ad un menù al miele. L'intento era

ambizioso: valorizzare il miele per tutte le sue proprietà, eseguire operazioni che fossero alla portata di tutti, proporre un pasto bilanciato per i diversi elementi nutrizionali, soddisfare il palato.

Il miele con la carne cruda tagliata a coltello è un omaggio al Piemonte, anche se la materia prima in tal caso è stata di razza Chianina. Il miele serve da antiossidante (la carne si mantiene rosso vivo per ore), serve a macerare la carne con la sua acidità e a condire l'insalata di arance (Navel per l'occasione): un binomio di sinergie da regioni così distanti geograficamente. Il piatto, unendo frutta e proteina, aromatizzato con cipolla rossa, capperi, olio, sale e pepe, è fresco e invitante.

Del miele con il pesce ho già parlato spesso e ricordo solo il ruolo incredibile che il miele stesso ricopre nella macerazione del pesce. Anche in questo caso le verdure in abbinamento rendono il piatto più appetibile e digeribile.



Filetto di maiale al miele di acacia.



Insalata di carciofi, pecorino e bottarga.

L'insalata di carciofi è un omaggio alla Sardegna perché sarda è la bottarga di cefalo; l'intruso è il pecorino, indubbiamente toscano. In questa preparazione l'aspetto didattico è sia nella dimostrazione della capacità antiossidante del miele che sbianca i carciofi, sia nella capacità incredibile di condire dell'emulsione (olio, miele, sale, pepe, un goccio di aceto). Nel risotto il miele viene introdotto al momento della mantecatura e svolge funzione di legante e di apportatore di sapidità (il ruolo svolto spesso dal dado). Aggiunto poi al momento di impiattare sia sul risotto stesso in venature sottili, sia a bordo piatto con più insistenza, può servire a pulire e sgrassare la bocca (eccellente per questa situazione il miele di castagno). Con il filetto di maiale il miele

A Saluzzo, in occasione del Convegno annuale degli Apicoltori Professionisti, scuola di cucina...





ne sui siti di Ami e di Aspromie-  
le, con anche le indicazioni per  
ciascun piatto di ingredienti,  
dosaggi e modalità di prepara-  
zione. Il solo piatto preparato in  
più rispetto alla cena descritta in  
precedenza è un'insalatina  
(ideale la valeriana o una misti-  
canza in cui compaia sia dolce  
che amaro) condita con l'emul-  
sione olio, miele, sale e un goc-  
cio di aceto. D'estate, a piacere,  
consiglio di aggiungere un cuc-  
chiaino di senape, un tocco di  
cucina d'oltralpe.

In ultimo un ringraziamento a  
tutti coloro che hanno partecipa-  
to e collaborato: il Cra Apicultu-  
ra, la Facoltà di Agraria di Torino,  
Piana Ricerche, l'A.A.P.I., tutti i  
docenti dell'Albo e il simpatico  
gruppo di apicoltori di tutta Italia  
che sono stati al gioco e che ho  
rivisto volentieri nelle foto e nel  
simpatico video che vi suggeris-  
co di guardare!

→ Per tutte queste caratteristiche l'apicoltura si può fare come  
integrazione al reddito, e non in maniera professionale come mono-  
reddito. Il mio miele millefiori viene prodotto a 600 m in arnie stanziali  
in 3 mesi di raccolto.

Alla fine di gennaio le api portano il miele nel nido per il loro fabbisog-  
no, e verso aprile nel melario per il nostro consumo. Bottinano nel  
raggio di 4 km e nell'arco dell'anno le vedo andare verso le prime fior-  
iture al torrente Leno, per raccogliere il nettare dell'erica carnea,  
dell'acacia e dell'ailanto e progressivamente, con la fioritura in mag-  
gio, sul tarassaco, la lupinella, la salvia selvatica nella zona di Giazze-  
ra, le melate di abete rosso, il lampone, il rododendro, il timo e tanti  
altri fiori nel resto della montagna.

Il miele che ne deriva, mediamente raccolto alla fine di maggio a  
600 m, si presenta liquido, ambrato scuro con gusto di caramella  
mou, maltato. A volte con la presenza di tarassaco, con la sua tipica  
sfumatura di infuso di camomilla.

Raccolto alla fine di luglio, si presenta invece sempre liquido, ambrato  
scuro fino a nero per la presenza di melata di abete, con riflessi ver-  
dastri, e al naso e in bocca con sensazioni di balsamico resinoso, di  
latte condensato, di zucchero, di caramello, di scorza di arancia can-  
dita. La presenza costante dell'erica e del ciliegio selvatico in prima-  
vera completa il tutto con una leggera nota di amaro.

Chi porta le api al Leno in maggio produce un millefiori ricco di acacia  
(note di vaniglia e confetti alle mandorle), di ailanto più aranciato, con  
note di thè alla pesca. Portando le api a malga Valli si produce un otti-  
mo miele millefiori di alta montagna ambrato scuro o quasi nero con  
la melata di abete rosso molto presente nel versante di Terragnolo a  
malga Corona. Al contrario a malga Cheserle il miele si presenta di un  
giallo chiaro per la ricchezza di fiori di alta montagna del monte Col  
Santo, prati del Pazul e alpe Pozze.

Il miele si presenta liquido all'inizio e cristallizza  
con cristalli medio grossi dopo 5 - 6 mesi con  
colorazione giallo scura.

Liquido, è molto denso per il suo basso tenore di  
umidità raggiunto alla maturazione.

Questi aspetti visivi, oltre a quelli olfattivo gusta-  
tivi costanti nelle annate ne fanno un miele mil-  
lefiori "cru" di qualità, come un vino di annata  
legato al "terroir".

*Graziano Comper*

