

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...



non è così importante, ma, se utilizzato a pennellare le fettine di carne prima di una leggera infarinatura, contribuirà a rendere più croccante la rosolatura della stessa. La carne verrà cotta con olio e burro a fuoco vivo, per pochi istanti e resterà rosata al centro.

Alla carne sono state abbinare le carote, prima stufate con un dito di brodo e poi saltate con aglio, olio, burro, rosmarino, miele di acacia sino a una leggera caramellizzazione. Qui il miele aggiungerà altro dolce alle carote, facendole apparire ancor più buone, mentre l'amaro del caramellato, se proprio non è un toccasana per il fegato, è gradito al palato.

Per le mele, l'importante è non aver paura a esagerare con il miele, un cucchiaino per fettina e salare un pelo per dare un leggero contrasto. Fuoco vivo e leggera caramellizzazione. Ottima la lavanda, eccellente l'erica, se possibile da preferirsi per i sentori florali.

Il floreale è poi il più bell'abbinamento per la macedonia... mi ha incantato l'erica, il migliore omaggio alla Toscana. Un piatto che nella sua semplicità non manca mai di commuovermi in cui il miele utilizzato svolge il ruolo di dolcificante e aromatizzante.

Il secondo appuntamento è a Saluzzo in occasione del Convegno annuale degli Apicoltori Professionisti. Pensavo di essere solo in cucina nel guidare un gruppo di apicoltori di tutta Italia, ma sono rimasto solo per poco... Un artista siciliano scolpiva con pochi precisi colpi di coltello i carciofi per l'insalatina, un giovane apicoltore sardo si impossessava delle padelle per far saltare con modi professionali carote e mele, una simpatica signora dell'Ecuador si incaricava di sfilettare il pesce, per tutti gli altri massima dedizione ai lavori meno nobili, ma non per questo meno importanti. Fra i presenti l'amico Daniele Landra che non è solo rimasto ad osservare, ma ha immortalato l'evento, predisponendo un simpatico video presto in visio-

I mille millefiori d'Italia Il miele "cru" di una microzona del Trentino: Trambileno

Proseguendo nella nostra "campagna" di caratterizzazione e valorizzazione dei mieli millefiori su base locale, ecco il contributo di un apicoltore amatoriale del trentino. E' fatto di semplici ingredienti: la passione per l'apicoltura, l'amore per la sua terra, la conoscenza della botanica del posto, qualche analisi pollinica dei suoi mieli e l'iscrizione all'albo degli assaggiatori di miele.

TRAMBILENO è un territorio del Trentino, nelle prealpi del gruppo montuoso Colsanto - Pasubio, confinante con il Veneto. L'etimologia del nome deriva da "Tram bis lenum" cioè tra due leni, il torrente Leno di Vallarsa e quello di Terragnolo. Interessato nel XIII secolo da un insediamento di coloni tedeschi cimbri, il suo nome suonava Trumelays. Comune sparso di 1.386 abitanti in un'area di 50 kmq, privo di insediamenti industriali, con poche realtà artigianali e non attraversato da arterie stradali importanti, si presenta come un territorio ancora incontaminato, con una buona potenzialità per lo sviluppo di attività agrituristiche. Un ambiente privo di allevamenti e coltivazioni intensive con delle peculiarità che ne fanno un unicum al pari di vari parchi alpini. Sono presenti due malghe per l'alpeggio estivo dei bovini e un allevamento a 700 m per la produzione di formaggio caprino, ottimo abbinamento con il miele millefiori che andrò a descrivere.

L'apicoltura razionale è presente dal dopoguerra e attualmente è praticata da 5 apicoltori. La mia passione è nata seguendo lo zio Adriano negli anni 70, e prosegue sempre, ogni giorno con maggior entusiasmo. Allevo api cercando di mantenere un ecotipo locale, ma la morfologia del territorio di tipo alpino e la vicinanza con la pianura veneta pone sempre l'interrogativo se usare la razza d'api italiana, la ligustica, più prolifica, o la carnica austriaca, adatta al clima rigido invernale. Anche per le api, come per gli uomini nel secolo precedente, il Trentino si presenta una terra di confine. Nel territorio di Trambileno troviamo una grande varietà di specie botaniche. Nelle analisi polliniche dei mieli sono stati riscontrati oltre 50 tipi di pollini diversi, oltre agli indicatori di melata.

Le specie più nettarifere, come iliglio e il castagno sono assenti, e anche il numero di acacie non è rilevante. Per il miele in montagna si deve sperare nelle buone condizioni meteo. Il frassino, il carpino e il faggio, tutte specie non nettariferi sono quelle prevalenti. Si può dedurre che è quasi impossibile produrre un miele monofloro, ma piuttosto un millefiori, narratore delle varie fioriture e sentinella dello stato di salubrità del territorio.



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 gusa-
tivi costanti nelle annate ne fanno un miele mil-
lefiori "cru" di qualità, come un vino di annata
legato al "terroir".

Graziano Comper

