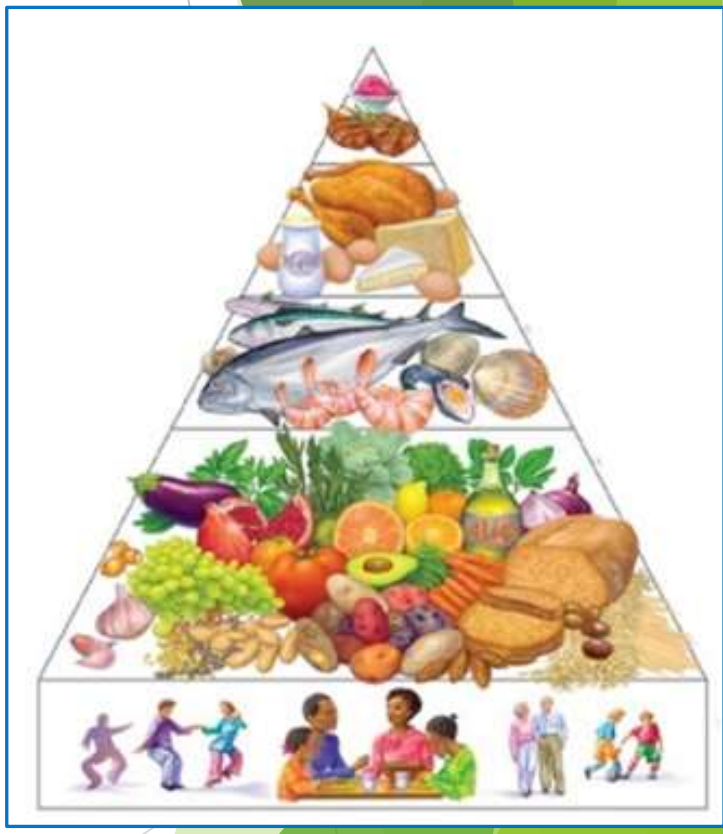
MD.net. Dieta mediterranea e sviluppo del territorio: un brand per tutti
SANA, Bologna, 9 Settembre 2019

Emilia-Romagna e Dieta Mediterranea: Territorio, Cultura, Turismo, Comunità locali



Stefano Predieri
CNR – Istituto di BioEconomia
Dip. Scienze BioAgrolimentari
www.gustosalutequalita.it

CONSIGLIO NAZIONALE DELLE RICERCHE
DIPARTIMENTO DI SCIENZE BIO AGROALIMENTARI

Interreg Mediterranean
MD.net

Dieta Mediterranea

- Patrimonio Mediterraneo
- Patrimonio Italiano
- Patrimonio dell'umanità

Può contribuire a migliorare la longevità, la salute del cuore e scongiurare malattie croniche, come il diabete, è al primo posto anche in altre categorie:

- Le dieta più facile da seguire (grazie alla semplicità delle ricette)
- La migliore dieta per mangiare sano
- La dieta migliore per il diabete
- La migliore dieta per la salute del cuore.

La dieta mediterranea è un modello nutrizionale ispirato ai regimi alimentari tradizionali dei Paesi del mediterraneo. La sua valorizzazione è merito del medico americano **Ancel Keys**, con studi epidemiologici che lo **condussero a scoprire l'influenza positiva dell'alimentazione sulla prevenzione delle patologie cardiovascolari.**

Emilia-Romagna e Dieta Mediterranea

Alimentazione varia, legata al territorio e alla stagionalità, prodotti di Alta Qualità

MD-NET prodotti Emilia Romagna

•Olio extravergine oliva Brisighella Dop	•Formaggio di Fossa Sogliano Dop
•Olio extravergine oliva Colline di Romagna Dop	•Grana Padano Dop
•Aceto balsamico Modena Dop	•Parmigiano Reggiano Dop
•Aceto balsamico Reggio Emilia Dop	•Squacquerone di Romagna Dop
•Aceto balsamico di Modena Igp	•Provolone Valpadana Dop
•Aglio di Voghiera Dop	•Vitellone bianco Appennino centrale Igp
•Asparago verde di Altedo Igp	•Prosciutto di Modena Dop
•Fungo di Borgotaro Igp	•Prosciutto di Parma Dop
•Patata di Bologna Dop	•Mortadella Bologna Igp
•Scalogno di Romagna Igp	•Salama da sugo Igp
•Pomodoro trasformato e da industria	•Salame Cremona Igp
•Ciliegia di Vignola Igp (MO)	•Salame Felino Igp
•Amarene brusche di Modena Igp	•Salame piacentino Dop
•Anguria reggiana Igp	•Salamini italiani alla cacciatora Dop
•Melone mantovano Igp	•Pancetta piacentina Dop
•Marrone di Castel del Rio Igp	•Coppa di Parma Igp
•Pera dell'Emilia-Romagna Igp	•Coppa piacentina Dop
•Pesca e nettarina di Romagna Igp	•Zampone Modena Igp
•Pesce azzurro	•Cotechino Modena Igp
•Anguilla	•Culatello di Zibello Dop
•Cereali/farine/pasta sfoglia	•Pampapato (o pepato) di Ferrara Igp
•Riso del Delta del Po Igp	
•Sangiovese di Romagna DOC	
•Trebbiano di Romagna DOC	• Piadina Romagnola Igp

- Luoghi e territori
  - Ambiente
- Tecniche produttive
- Gastronomia
  - Saper fare
- Spazi culturali
  - Educazione
- Comunità locali
  - Sociale
- Sagre e Festività
  - Convivialità

Luoghi e territori: Ambiente

	Riviera romagnola	Pesce azzurro; turismo edonistico, sportivo, balneare
	Valli di Comacchio	Anguilla, turismo culturale naturalistico
	Colline Riminesi	Olivo, vino, turismo enogastronomico
	Pianura Padana	Frutta, verdura, cereali, turismo artistico
	Zona di produzione dell'IGP Marrone di Castel del Rio	Marroni, Castagne, frutti del bosco, prodotti della montagna; turismo eco-naturalistico
	Colline di Parma	Prosciutto, Parmigiano, Grana, turismo enogastronomico
	Zona di produzione dell'IGP Fungo di Borgotaro	Prodotti della montagna, turismo eco-naturalistico

Saper fare Know-How

Tecniche agronomiche e produttive

- Pesca tradizionale dell'Anguilla: Zangolini, Marotte, Schiodoni
- Stagionatura salumi e formaggi: Il «marino» la «fossa»
- Produzione, Conservazione e Trasformazione frutta e verdura
- Agricoltura di precisione, lotta integrata, disciplinari
- La produzione di aceto Balsamico
- La produzione di Parmigiano Reggiano e Grana Padano

La Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene

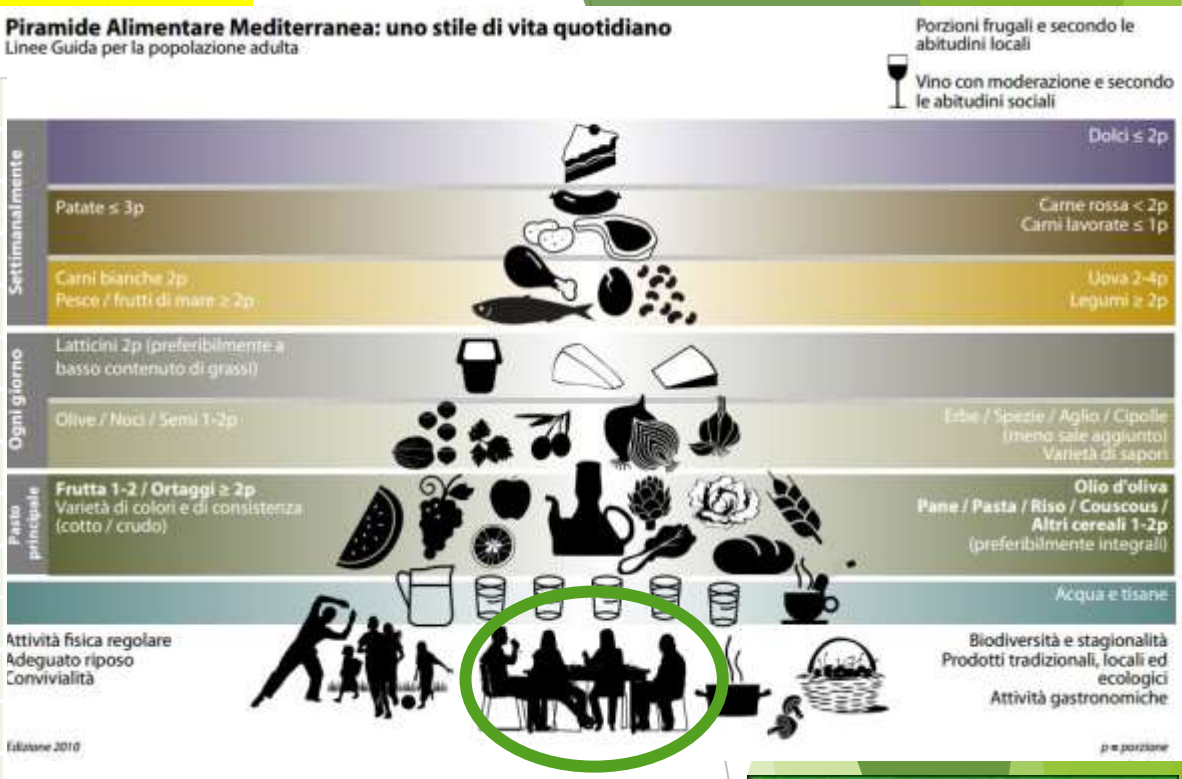
- GARGANELLI ALLE VONGOLE
- TAGLIOLINI CANOCCHIE E PESCE AZZURRO CON OLIO DELLE COLLINE DI ROMAGNA, DADOLATA DI POMODORI E PESTO DI RUCOLA
- FAGOTTINI AL PROSCIUTTO CON SCAGLIE DI PARMIGIANO-REGGIANO DOP E GOCCE DI ACETO BALSAMICO
- FILETTO DI VITELLONE BIANCO DELL'APPENNINO CENTRALE IN SALSA DI ACETO BALSAMICO
- CREMA DI AGLIO DI VOGHIERA
- RISOTTO ALL'ASPARAGO VERDE DI ALTEDO CON VONGOLE VERACI
- TESTE DI FUNGO DI BORGOTARO RIPIENE
- TAGLIOLINI VERDI AL RAGÙ DI SCALOGNO DI ROMAGNA
- ZUPPA DI CILIEGIE
- SPIEDINI DI ANGURIA E FETA
- CALDARROSTE
- MOUSSE DI PARMIGIANO REGGIANO E PERE MAX RED BARTLETT IN SALSA DI CARAMELLO
- PESCHE ALL'ALBANA SPUMANTE DI ROMAGNA
- RAVIOLI AL FORMAGGIO DI FOSSA CON SALSA DI PERE E RIDUZIONE DI BALSAMICO
- PERE AL SANGIOVESE E FOSSA
- PASSATELLI IN BRODO
- TAGLIOLINI CON PROSCIUTTO DI PARMA E ZUCCHINE
- RAVIOLI CON CARNE DI POLLO IN SALSA BIANCA CREMOSA
- PETTO DI GALLINA MODENESE AVVOLTO NEL PROSCIUTTO DI MODENA DOP SU RONDELLA DI POLENTA FRITTA, INSALATINA NOVELLA E ACETO BALSAMICO TRADIZIONALE DI MODENA DOP
- ARROSTO DI VITELLONE BIANCO DELL'APPENNINO CENTRALE IGP AL TREBBIANO DI ROMAGNA
- BRODETTO DI ANGUILLA a BECCO D'ASINO
- SAVOR
- PASTA ALL'UOVO
- RAGÙ ALLA BOLOGNESE
- CAPPELLETTI ROMAGNOLI
- TORTELLINI
- BRODO DI CAPPONE

Spazi culturali, tradizione e educazione

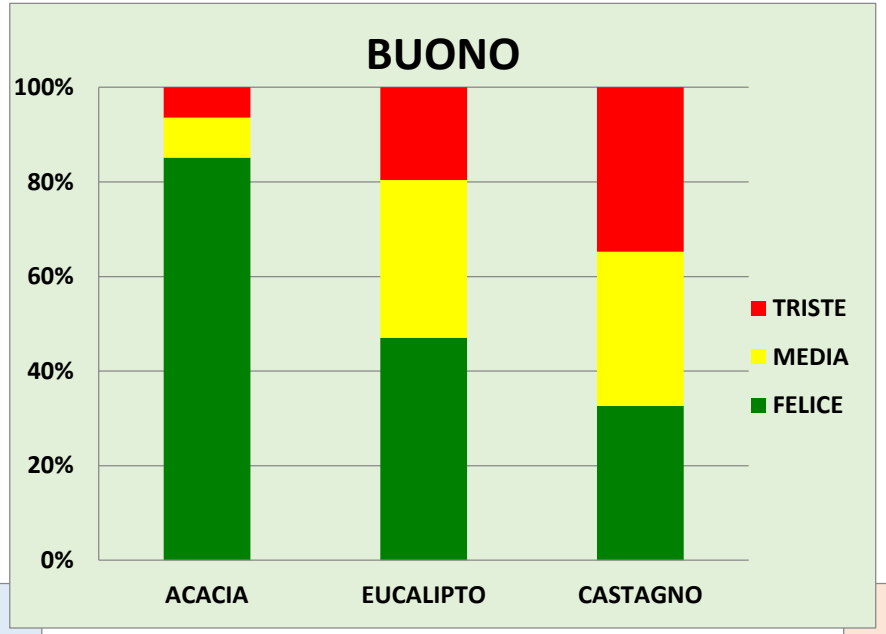
Ecomuseo del Sale e del Mare	Cervia (RA)
Manifattura dei marinati	Comacchio (FE)
Museo dell'Aceto Balsamico Tradizionale di Modena	Spilamberto (MO)
Enoteca regionale	Dozza (BO)
Museo della Pasta	Collecchio (PR)
Museo del parmigiano	Soragna, (PR);
Museo del prosciutto di Parma	Langhirano (PR)
Museo del pomodoro	Collecchio (PR)
Museo della Civiltà Contadina	S.Marino di Bentivoglio (BO)
Museo dell'Olio	Brisighella (RA)
Museo del pane “Mulino sul Po”	Ro (FE)
Museo della frutticoltura A. Bonvicini	Massalombarda (RA)
Casa Artusi	Forlimpopoli (FC)
Museo del Formaggio di fossa Pellegrini	Sogliano Rubicone (FC)

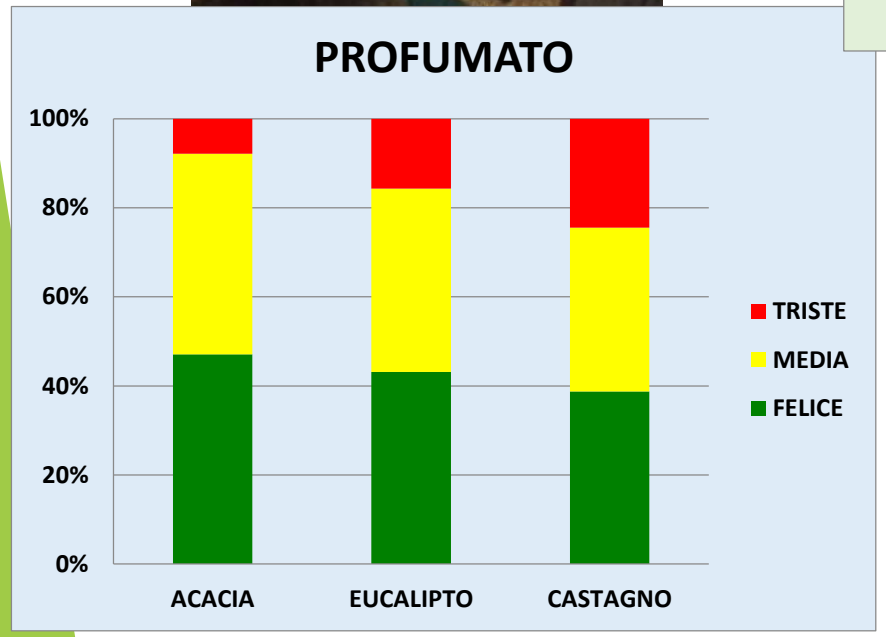
Comunità locali, Sagre e Festività: vita sociale e conviviale

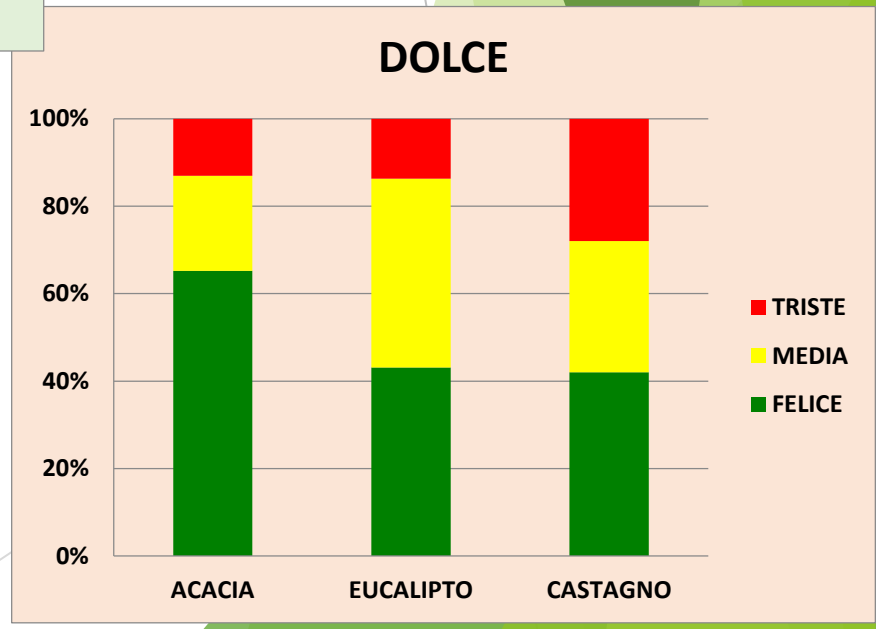
Mast Còt	*Spilamberto (MO)*
Festival dell'Aglio di Voghiera	*Belriguardo (FE)*
Fiera del fungo di Borgotaro	*Borgovalditaro (PR)*
Futurpera	*Ferrara*
Il Pesce fa festa	*Cesenatico (FC)*
Fiera del formaggio di fossa	*Sogliano al Rubicone (FC)*
Sagra dell'Asparago Verde di Altedo IGP	*Altedo di Malalbergo (BO)*
Sagra dell'Anguilla	*Comacchio (FE)*
Fiera dello Scalogno di Romagna I.G.P.	*Riolo Terme (RA)*
Vignola è Tempo di Ciliegie	*Vignola (MO)*
Sagra dei Marroni	*Castel del Rio (BO)*
Festival del Prosciutto di Parma	*Parma (PR), Langhirano (PR)*
Fuoco al Mito (Parmigiano Reggiano)	*Riviera (FC,RN)*
Sagra della patata	*Vergato (BO)*
Sagra dell'Olio e dell'Olivo	*Longiano (FC)*
L'Ambra di Talamello. Fiera formaggio di fossa	*Talamello (RN)*
Sagra del Lambrusco Grasparossa di Castelvetro	*Castelvetro (MO)*
Sagra del Lambrusco di Sorbara	*Sorbara (MO)*
GUSTI.A.MO18	*Modena*
Luglio Di Vino	*Carpi (MO)*
Tramonto di vino	*Vari luoghi*
Calici di stelle	*Vari luoghi*
Piacenza è un mare di sapori	*Piacenza*
Fattorie Aperte	*Numerose fattorie*
Festa della Piadina	*Bellaria-Igea marina (RN)*



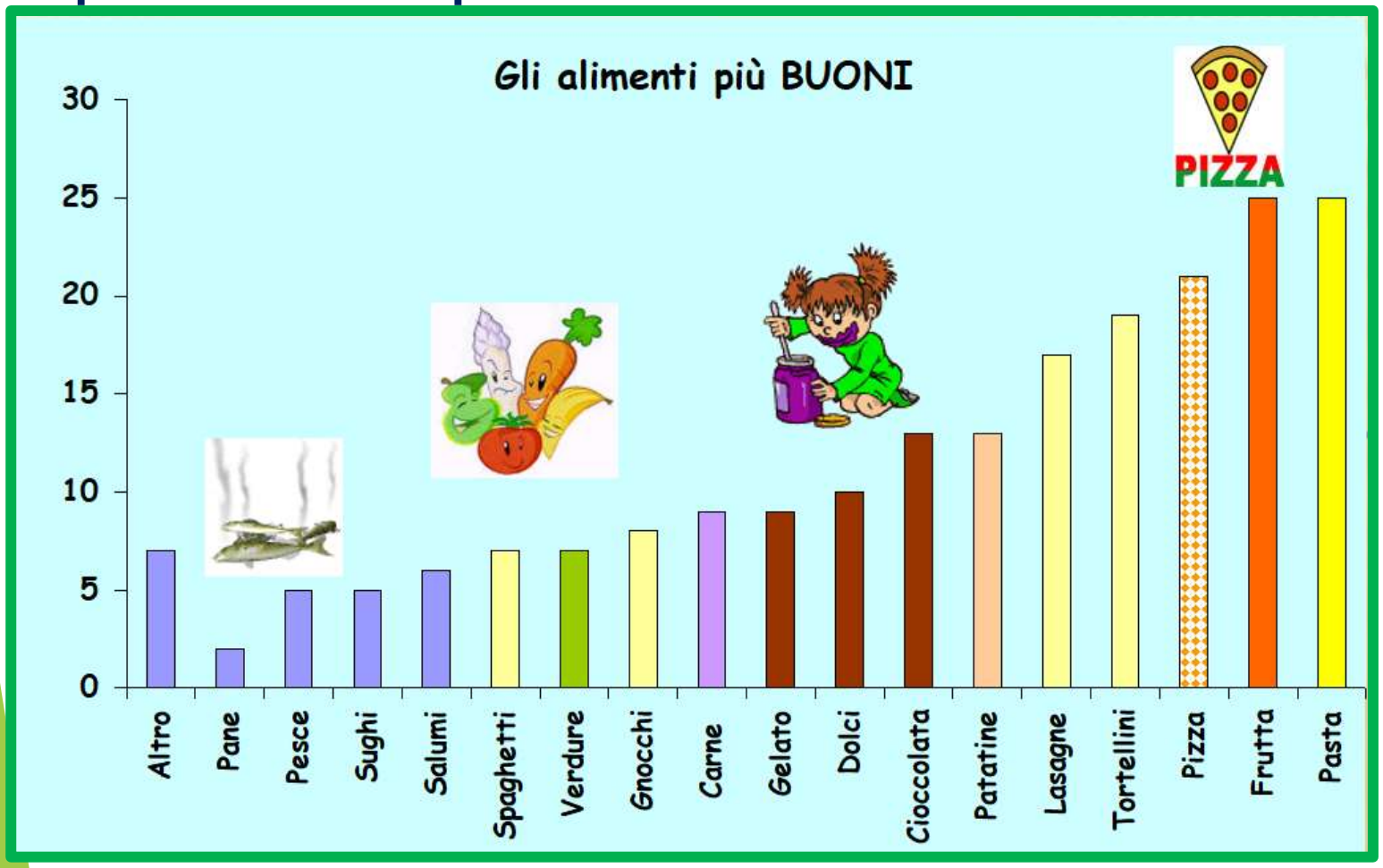
Esperienza CNR-IBE per la promozione di una corretta alimentazione

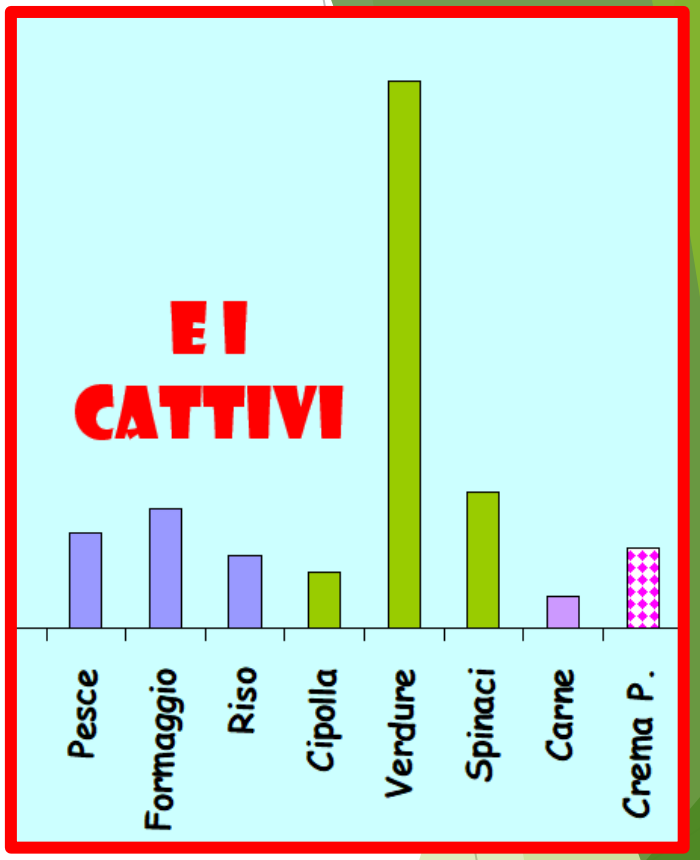




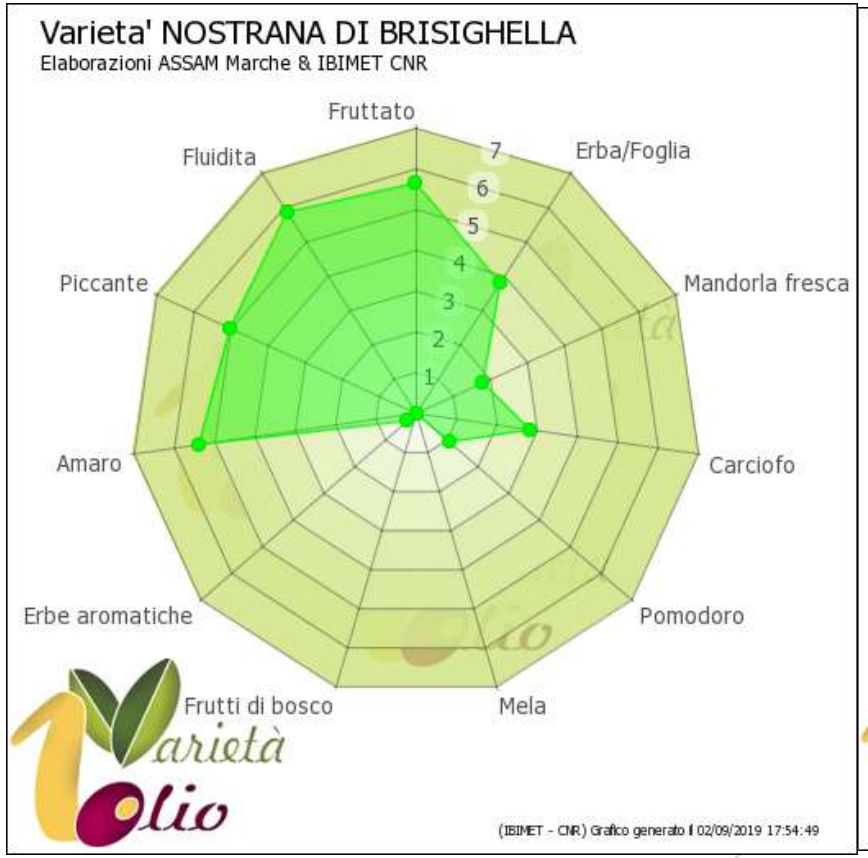


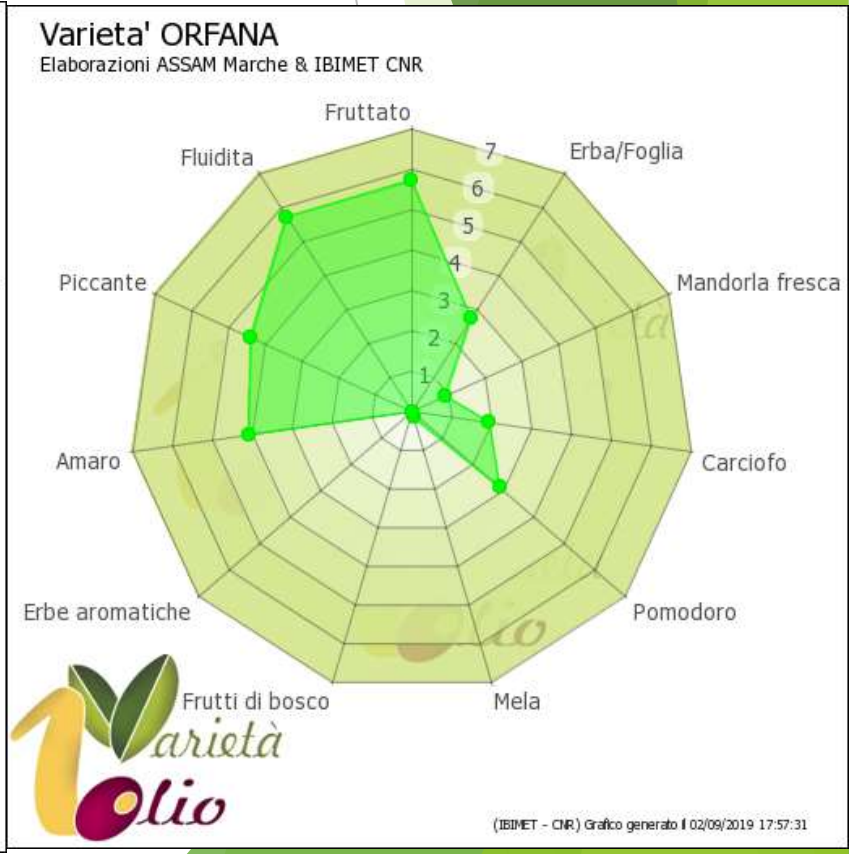
Esperienza CNR per la scuola: frutta e verdura





Esperienza CNR per la scuola: Olio Extra Vergine d'Oliva





Nei luoghi di lavoro…..

Ho solo un quarto d'ora per mangiare

Quindi: me lo voglio gustare

Con gli Anziani Progetto EWHeTA: Eat Well for an Healthy Third Age

Magner e bever ed gosst par ster ban…

Orto familiare e Dieta Mediterranea

Bruno:

Orto da 5 m² posto ad ovest e a ridosso della casa. E' al sole dalle 12 al tramonto.

Viene coltivato con 10 piante di pomodori (8 tipo <cencara> e 2 tipo <datterini>.

In un angolo del terreno cresce una pianta rucola selvatica, in un altro angolo cresce della menta piperita.

La preparazione del terreno consiste nell'eseguire buche per il posizionamento delle pianticelle con profondità di circa 20 cm e sul fondo delle quali si aggiungono 5-10 cm di lettiera esaurita di fungaia. Una volta che le pianticelle sono cresciute le buche si colmano col terreno circostante. I getti senza fiori vengono eliminati senza remissione.

Sergio:

Orto da 50 m² posto ad est di un muro di recinzione. E' al sole per quasi tutto il giorno.

Coltivato con:

16 piante di pomodori <cencara> e <datterini> e 2 piante di pomodori neri.

80 piante di aglio

120 piante di cipolle tipo <tropea>

24 piante di porri

5 piante di melanzane

18 piante di rape rosse. (contengono ferro, sodio, potassio, calcio, magnesio, fosforo)

8 piante di cetrioli

10 piante tra zucche e zucchine trombetta.

20 piante di peperoni (metà dolci e metà piccanti)

5 piante di <topinambur> (grande riserva di INULINA)

Il completamento della superficie è fatta con insalata.

Piante aromatiche quali tappabuchi (salvia, menta, timo, rosmarino .....)

Gli orti vanno innaffiati tutte le mattine moderatamente solo sul terreno ad eccezione delle melanzane che vanno lavate.

Per il posizionamento delle pianticelle si segue lo stesso metodo sopra descritto.

ANTICRITTOGAMICI: le piante dell'aglio, e solfato di rame (quest'anno una volta sola)

Il bello dell'orto e quello che il lavoro si fa in coppia .....

Ma riesci scrivermi una riga sul gusto dei frutti dell'orto tra rispetto ad quelle del negozio?

-Intanto siamo a km zero quindi la freschezza da guadagno in genuinità, sapori ....
-Non ci sono conservanti nè pesticidi
-i miei nipoti quando vengono a trovarmi vanno all'orto staccano pomodori e mangiano ....
-la nostra verdura non viene innaffiata negli scaffali, di conseguenza quando l'acquisti acquisti anche l'acqua di cui non si conosce la composizione
-io abito in via nuova n° 9 se vuoi vedere il mio orto
-dopo se vuoi ti posso portare all'orto di Sergio dove potrai entrare in possesso di zucchine <trombetta> da cui si può ottenere un'ottima vellutata.
Sappimi dire qualcosa così mi faccio trovare.
Saluti

La ricerca condotta da Regione ER e CNR ha evidenziato:

- La ricchezza e varietà delle numerose realtà regionali, competenti nella realizzazione e proposta di prodotti tradizionali, spesso reinterpretati in relazione al mercato attuale
- Le connessioni tra il patrimonio agro-alimentare, la cultura del cibo, le comunità locali, l'attenzione per il territorio
- Le potenzialità di sviluppo di un turismo basato su percorsi enogastronomici e naturalistici in aree che offrono anche originali proposte culturali e artistiche

- Le informazioni raccolte e messe a sistema possono essere d'interesse per gli stakeholder (Associazioni albergatori/ristoratori; mondo agricolo; mondo del turismo) e per i cittadini e stimolare nuove attività progettuali a favore del territorio e a tutela del know-how che tradizionalmente lega la Regione alla gastronomia di massima qualità
- La Dieta Mediterranea è patrimonio dell'umanità (UNESCO, 2010) la regione Emilia-Romagna ha un orientamento ben definito nella direzione di un'alimentazione consapevole, che può essere supportato favorendo la conoscenza delle caratteristiche della DM
- Dieta Mediterranea è anche valorizzazione della socialità e della convivialità, e una prospettiva di sviluppo verso una sostenibilità ambientale consapevole della vulnerabilità dell'ambiente legata ai cambiamenti climatici