

# REFETTORIO AMBROSIANO Ricette, inno all'imperfezione

Butta in tavola è il nuovo volume che raccoglie i piatti realizzati ogni giorno nella cucina di piazza Greco a Milano e una serie "stellata" ideata e preparata da alcuni fra i principali chef italiani. Pubblichiamo la prefazione di Massimo Bottura, "mente" del progetto nato in occasione di Expo 2015.

Il Segno  
Aprile 2018

38

di Massimo BOTTURA

Per gentile concessione dell'editore pubblichiamo la prefazione del chef stellato al volume Butta in tavola (IPL, 168 pagine, 18 euro).

**Quando** penso al futuro dei ristoranti, a cosa cucineranno gli chef nei prossimi decenni, la prima cosa che mi viene in mente sono bucce di patate, frutta matura, verdure sgualcite e pane vecchio, come quello che la mia nonna mi preparava quando ero piccolo, con latte e molto zucchero.

Penso a quello che molti considerano solo come scarti destinati alla spazzatura.

Sembra incredibile, ma nel mondo produciamo cibo a sufficienza per dare da mangiare a ben più di sette miliardi di persone; però 2,1 miliardi di persone sono in sovrappeso o obese mentre quasi 800 milioni soffrono di fame. Perché questa discrepanza?

Il motivo è nello spreco. Quasi un terzo di quello che produciamo finisce nella spazzatura. Nel 2013, le Nazioni Unite hanno annunciato che 550 milioni di tonnellate di cibo all'anno vengono scartate lungo tutta la catena, dai produttori ai distributori, dai supermercati ai consumatori. Un passo alla volta, le nazioni e le organizzazioni internazionali stanno prendendo posizione, come gli Stati Uniti e l'Unione Europea che si sono presi l'impegno di ridurre lo spreco alimentare alla metà nei prossimi dieci-quindici anni.

Ma si può e si deve agire an-



Lo chef stellato Massimo Bottura ai fornelli del Refettorio Ambrosiano di piazza Greco a Milano. Sopra, la copertina del volume di ricette "anti spreco".

che a partire dal basso. Qua entriamo noi, i cuochi.

Nel 2015, l'Expo di Milano ha scelto un tema ambizioso: «Nutrire il pianeta, energia per la vita». Io ho voluto rispondere con un progetto concreto che ha coinvolto i miei amici da ogni parte del mondo. Insieme alla Caritas ambrosiana e al Padiglione 0 abbiamo trasformato un teatro abbandonato di Milano in una mensa sociale sperimentale, e l'abbiamo chiamata Refettorio Ambrosiano.

La parola Refettorio ha le sue radici nella parola latina *reficere*, che significa "rifare" ma anche "ristorare". Era il luogo in cui i monaci mangiavano e allo stesso tempo, leggevano la Bibbia. In quel posto, ristoravano i loro corpi e le loro anime.

Partendo da questa idea, il la-

voro del Refettorio Ambrosiano ha preso vita dal recupero degli scarti alimentari ma anche dalle persone, andando a coinvolgere numerosi volontari e alcuni dei migliori chef del mondo.

A maggio Daniel Humm ha preparato un budino dolce fatto con il pane secco.

A luglio Gastromotiva ha trasformato delle banane mature in un chutney che ti metteva l'acquolina in bocca.

A settembre, Ferran e Albert Adrià hanno usato litri di latte in scadenza per cucinare una speciale crocchetta in forma di crema.

Quello che ci ha stupito di più è stata la bontà di quel cibo che sarebbe andato altrimenti perduto. Ogni ricetta del Refettorio Ambrosiano è un'o-

de all'imperfezione, che porta con sé un potenziale rivoluzionario; questi piatti possono cambiare radicalmente il modo in cui nutriamo il mondo, perché possono essere cucinati da chiunque, ovunque e con una spesa minima.

Possono restituire dignità a una mela ammaccata, a una banana troppo matura, al pane raffermo.

Di una persona si dice spesso che "è bella dentro". Dobbiamo capire che anche il cibo può esserlo.

Un frutto imperfetto ha ancora tantissimo da dare, in termini di sapori, di odori, di complessità. Il cuoco ha la responsabilità di sfruttare gli alimenti in ogni momento della parabola della loro vita: il pane appena sfornato, quello caldo e fragran-

te, con la crosta che fa ancora rumore, può arrivare in tavola così com'è. Il giorno dopo sarà perfetto per fare una pappa al pomodoro e qualche giorno dopo ancora, grattugiato, andrà bene per polpette e passatelli.

Possono restituire dignità a un senzatetto, a una famiglia in difficoltà, a un emarginato. Riportarli al centro dell'attenzione non significa solo allontanarli dalle periferie delle città e della nostra quotidianità. Significa anche metterli in condizione di ricreare una rete sociale, avere un contatto e uno scambio umano, farli sentire accolti, inclusi, e parte di una comunità. Il riscatto delle persone può avvenire attraverso il cibo e la sua condivisione in un luogo che sia bello ed accogliente come il Refettorio Ambrosiano.

Abbiamo voluto creare un luogo nel quale chiunque possa desiderare sedersi e condividere un pasto, alla pari.

I cuochi di oggi hanno più responsabilità che mai. La notorietà o lo status di celebrità permettono ad alcuni di noi di essere ambasciatori della nostra cultura, dei contadini e degli artigiani, dell'etica e del cambiamento.

A ottobre 2015 l'Expo è finito, ma il Refettorio Ambrosiano è rimasto aperto nelle mani della Caritas milanese. Il seme è germogliato e altri Paesi hanno iniziato a masticare la stessa idea. Con mia moglie Lara, abbiamo fondato Food for Soul, una onlus che porta il Refettorio in tanti altri posti in Italia e nel mondo: Rio de Janeiro, Bologna, Londra, Modena, Berlino, New York...

Cucinare è un appello ad agire. E ha il potere di unire, ridare vita e ristorare. Mentre la popolazione mondiale cresce e la sicurezza alimentare viene minata, siamo chiamati a fare nostre e a diffondere idee che siano la forza motivazionale per l'evoluzione della nostre cucine, delle nostre comunità e del nostro futuro.

È fondamentale portare consapevolezza a chi ha troppo, non solo per redistribuire ricchezza, ma anche per la loro stessa salute.

Cominciamo dalle nostre case e dai nostri ristoranti, ripensiamo i nostri sprechi in un'ottica nuova, etica e buona. Perché, alla fine, qualcosa di recuperato è qualcosa di guadagnato. ■

...cominciamo dalle case e dai ristoranti, ripensiamo i nostri sprechi in un'ottica nuova, etica e buona. Perché, alla fine, qualcosa di recuperato è qualcosa di guadagnato...

Il Segno  
Aprile 2018

39

Le ricette cucinate al Refettorio Ambrosiano diventano un libro a sostegno del progetto della Caritas, dove ogni giorno viene preparato cibo per i poveri della città. In cucina si elaborano i piatti insegnati alla cuoca Ilenia e allo staff di volontari dai grandi chef che si sono alternati durante l'Esposizione universale.

Il Segno  
Aprile 2018

40

# Piatti «belli e buoni»

**Quello** che arriva in questi giorni in libreria è un libro di ricette molto particolare. *Butta in tavola* (IPL editore, 168 pagine, 18 euro) racconta piatti semplici e gustosi, adatti a tutti i palati e soprattutto a misura di tutte le cucine. Ma è la loro origine e il significato che racchiudono a farne qualcosa di eccezionale. Tutte le ricette nascono dall'esperienza del Refettorio Ambrosiano, realizzato da Caritas ambrosiana e inaugurato tre anni fa a Milano nel quartiere Greco nel contesto di Expo Milano 2015. Molto più di una mensa: qui ogni giorno vengono preparati piatti "belli e buoni" per i poveri della città: utenti dei centri di ascolto della Caritas, dei servizi specifici, del Rifugio per senza tetto della Stazione Centrale, seguendo le ricette insegnate alla cuoca Ilenia e allo staff di volontari dai grandi chef che si sono alternati nella cucina di Greco lungo i sei mesi di Expo, guidati da Massimo Bottura.

«Con questa iniziativa, che oggi prende anche la forma di un libro di ricette - spiega il direttore di Caritas ambrosiana, Luciano Gualzetti - abbiamo raccolto una provocazione e una sfida, prima di tutto di carattere educativo, come ci ha ricordato il cardinale Angelo Scola in occasione dell'inaugurazione di Expo 2015: non buttare via niente, imparare a cucinare e a riutilizzare gli avanzi della nostra



Ilenia Di Pietro,  
chef del Refettorio  
Ambrosiano.

tavola, rimettendo nel piatto quegli "scarti" che altrimenti andrebbero sprecati».

L'idea iniziale dello chef Massimo Bottura e del direttore artistico e regista Davide Rampello, condivisa con Caritas ambrosiana, di realizzare una mensa in cui si cucinassero le eccedenze di cibo di Expo che altrimenti sarebbero state buttate, che unisse all'esercizio della solidarietà il conforto della bellezza, ha trovato nella realizzazione della mensa di Greco la sua espressione permanente. «Il Refettorio Ambrosiano ha voluto essere un luogo bello e buono. E lo è diventato davvero. Tanta bellezza, rappresentata dagli arredi d'autore, nutre gli ospiti, offrendo uno spazio e un momento di serenità che rappresenta una parte significativa del percorso sociale che viene proposto e condiviso con gli ospiti inviati dai

servizi della Caritas al Refettorio. Sono progetti che mirano a promuovere l'autonomia della persona attraverso azioni di emancipazione dal bisogno, per una vita dignitosa che è assicurata solo con un lavoro degno, una casa adeguata e pace per tutti», continua Gualzetti.

Il Refettorio è un posto buono: si mangia bene, recuperando avanzi, scarti, eccedenze di cibo, e si vivono relazioni umane di solidarietà. «Così possono diventare anche le nostre case e le nostre cucine, per imparare a "non escludere niente e nessuno"

come dice in modo efficace il sottotitolo del libro di ricette *Butta in tavola*: luoghi dove il bene e la condivisione passano anche dal buon cibo preparato e servito con cura».

Ecco allora l'idea di trasformare questa esperienza concreta in un libro dedicato a tutte le famiglie; acquistandolo si sostiene concretamente il Refettorio di Caritas ambrosiana e, insieme, si diffonde un'attenzione educativa contro lo spreco di cibo. Nella prima parte del volume vengono illustrate le ricette realizzate quotidianamente nella cucina di piazza Greco, mentre la seconda parte offre una serie di "ricette stellate", ideate e preparate da alcuni fra i principali chef italiani che hanno condiviso l'esperienza del Refettorio e che "regalandole" ai lettori continuano a sostenerlo. ■