

HAPPY HOUR Ricette di chef

Come esaltare i sapori con uno stile siciliano

Le caponate e i cous cous di La Mantia: no al soffritto, sì a un'infinità di aromi

Viviana Guglielmi

Adorola buona tavola, uno dei grandi piace della mia vita. Le pietanze sono un mondo da esplorare, fonte di gratificazione, capaci di evocare sensazioni positive. Il cibo è una straordinaria metafora della vita, racconta l'identità di diverse culture, è lo strumento per raccontare del resto. Come quella di Filippo La Mantia diventato chef di grande successo a quarantadue anni che ha trasformato la sua passione in un lavoro. La sua cucina è un viaggio alla scoperta della sua terra, la Sicilia, un'isola ricca di profumi e sa-

rici ma anche un territorio da forti tradizioni, dove la tavola è protagonista. La peculiarità di questo grande chef è quella di aver riscoperto la cucina di una volta rivisitandone i gusti e i sapori sostituendo aglio e cipolla con i pesti di agrumi. Niente soffritto ma basilico, menta, capperi, origano, mandorle e cannella. Ecco che la caponata o i cous cous diventano leggeri e più digeribili per un modo di mangiare più salutare dove la materia prima deve essere di ottima qualità, genuina come quella che si trova dal contadino. Innovazione e tradizione che si uniscono anche grazie ai ricordi di un'infanzia in cui andare a fa-

re la spesa con il nonno e la sua carrozza a Vucciria, lo storico mercato di Palermo, era una festa per Filippo appena tredicenne. Già il cibo evoca anche ricordi o viceversa, difficile dimenticarsi il profumo di una torta appena fatta o la salsa di pomodoro cucinata dalla propria mamma. Oste e cuoco ama definirsi La Mantia perché le cose semplici di qualità, nella vita come a tavola, sono sempre le migliori.

Viviana Guglielmi conduce «Happy Hour» dal lunedì al venerdì alle 19.30 su Telem Lombardia. L'emittente diretta da Fabio Ravezzani è visibile sul digitale terrestre nel nord Italia (canale numero 10) e sul satellite (canale 511 di Sky)

CIVILTÀ

Ecco alcuni resti dell'antica civiltà Maya che si potranno ammirare durante il viaggio con i lettori de Il Giornale in programma dal 26 ottobre al 6 novembre. Previsti incontri a sorpresa con personalità locali e serate di convivialità. Fra gli accompagnatori i giornalisti Livio Caputo e Riccardo Pelliccetti



I VIAGGI DEL GIORNALE Dal 26 ottobre al 6 novembre

Dai siti archeologici al relax sulle tracce della civiltà Maya

Il Messico sarà la meta autunnale per i nostri lettori con escursioni tra i gioielli dell'America Latina e visite alle comunità indigene. Senza dimenticare dibattiti e cene

Stefano Passaquindici

Dopo l'entusiasmo dello splendido viaggio in Argentina dello scorso novembre, si riparte per l'America Latina il prossimo 26 ottobre con il *Giornale*: questa volta andiamo in Messico. Come lo scorso viaggio anche questo sarà un mix di cultura e natura, di architettura e di storia, di paesaggi, di tradizioni, di musei, di scavi, ma anche di mare. Visiteremo molte delle grandi icone del Paese: dalla capitale Città del Messico a San Cristóbal de las Casas; da Tuxtla Gutiérrez a Palenque, da Campeche a Merida; da Cancun a Chichén Itzá, capitale Maya del Yucatan. Partiremo da tutte le città italiane con voli di linea Iberia e Lufthansa il 26 ottobre e rientreremo il 6 novembre. Ma ci sarà, per chi lo desidera, anche la possibilità di estensione del soggiorno al mare a Cancun fino al 10 novembre.

Ovviamente sono previsti diversi incontri a sorpresa con importanti e interessanti personaggi locali e serate di convivialità tra il «Popolo dei lettori del *Giornale*». Nel viaggio sarete accompagnati da Livio Caputo - firma storica del *Giornale* - da altri giornalisti del vostro quotidiano tra cui Riccardo Pelliccetti - capo redattore centrale - e dal sottoscritto, responsabile dell'organizzazione dei viaggi del *Giornale*. Il primo giorno saremo occupati con la visita della capitale: l'antica Tenochtitlan è oggi una grande metropoli con più di 18 milioni di abi-

tanti, ricca di monumenti precolombiani e coloniali. In particolare si visiterà la piazza della Costituzione detta «Zocalo», che accoglie monumenti spettacolari tra i quali la Cattedrale, il più importante luogo di culto del paese e il Palazzo Nazionale, sede della presidenza della Repubblica. All'interno si potranno ammirare gli affreschi del famoso pittore Diego Rivera detti «murales»; non mancherà una visita panoramica del Templo Mayor. Il secondo giorno si visiteranno la basilica di Gualupe e la zona archeologica di Teotihuacan, mentre il terzo visiteremo a Tuxtla Gutiérrez, capitale dello stato del Chiapas, all'arrivo, citraferremo al molo per l'imbarco e la discesa del braccio d'acqua creatosi all'interno del Canyon del Sumidero, sbarrato a monte da una diga. L'altitudine e la natura del luogo contribuiscono a far vivere un'incredibile esperienza.

Impossibile descrivere in brevemento il resto del programma di viaggio tra mercati locali, chiese barocche, conventi francescani, templi Maya, acropoli, piramidi, città coloniali, comunità indigene. E ancora: luoghi come Merida, conosciuta come «La Città Bianca» dove le sue residenze dell'epoca coloniale di stile francese, italiana ed arabo testimoniano la ricchezza passata, data dal commercio delle fibre giamaicane. E poi: il centro archeologico di Palenque che sorge ai bordi della giungla tropicale, uno dei più bei centri rituali maya in funzione dal

A CARRARA

A «con-vivere» i popoli del mondo fanno festival

E tornato a Carrara da ieri a domani il festival «con-vivere», manifestazione giunta con successo alla settima edizione che quest'anno propone al pubblico spunti di riflessione sul tema «Mediterraneo. Popoli e culture». Sono molte le personalità di spicco che contribuiscono a disegnare il quadro complesso dei mutamenti in atto nell'area mediterranea, a partire dagli avvenimenti di Piazza Tahrir e la rivolta tunisina contro Ben Ali, per arrivare alla discussione sui movimenti dei popoli indagati nelle loro radici storiche, religiose e culturali. Tra questi l'editorialista Sergio Romano e l'attore Beppe Fiorello che stasera, al Cinema Garibaldi, introdurrà la visione del film «Terraferma» di Emanuele Crialesa. Per informazioni sul programma www.con-vivere.it.

Il XV secolo d.C. Famoso il tempio delle iscrizioni all'interno del quale è stata scoperta la tomba del gran signore «Pakal», adornato con una preziosa maschera di giada, autentico capolavoro di arte maya. Andremo anche a Campeche, capitale dell'omonimo Stato della Confederazione Messicana. Breve visita della Città Antica, racchiusa e fortificata con torri e mura delle vecchie mura, la Città conserva, anche al giorno d'oggi, un tipico sapore coloniale con bellissime case patrizie e austere chiese. Visiteremo anche Chichén Itzá, capitale Maya dello Yucatan, fiorita fra il V ed il X secolo d.C. passeggiando tra gli imponenti monumenti delle zone archeologiche settentrionale e centrale: il tempio di Kukulkan, il tempio del Guerriero, il gioco della palla e il pozzo dei sacrifici. Il tutto, al solito, condito da ristoranti selezionati, cene di gala, serate di incontri e dibattiti.

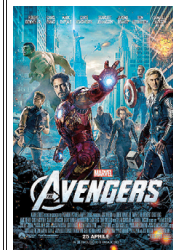
Il programma: Voli di linea Iberia e Lufthansa con pernottamento in alberghi 5 stelle, voli interni, cene di gala, escursioni, visite guidate, ingressi a musei e siti archeologici al prezzo speciale di 2.960 euro a persona, tasse e assicurazione facoltativa escluse. Supplemento singola 520 euro. Estensione a Cancun supplemento 400 euro. Per prenotazioni agenzia Passatempo, tel. 035/403530; info@passatempo.it



IL FILM

L'unione dei super poteri fa la forza The Avengers, da Iron Man a Hulk

Eccoli qua, tutti insieme appassionatamente per risolvere i destini non solo del mondo ma anche del botteghino mondiale. *The Avengers* (distribuito da The Walt Disney Company Italia), in vendita nei diversi formati (ma il blu-ray è caldamente consigliato) ha davvero tanti pregi, tra i quali spicca l'aver unito, in un unico film, Captain America, Iron Man, l'incredibile Hulk, Thor, Occhio di Falco e Vedova Nera. Solo



per questo meriterebbe l'acquisto anche se non siete un fanatico Marvel. In più, non vi trovate alle prese con la solita macchina a volte banale storia di supereroi ma un compendio di ironia (Iron Man su tutti), azione, effetti speciali sbalorditivi. All'inizio, vedrete come i nostri protagonisti faranno fatica a fare squadra per combattere il cattivo Loki, fratello adottivo di Thor. Però, anche se si hanno dei poteri, l'unione fa sempre la forza e via a 135 minuti da godervi come in un parco tematico. Senza contare, per i fan, gli appetiti extra. [twitter: @mauriziozerbi](https://twitter.com/mauriziozerbi)

LA FOTO

Finalmente è la festa del fungo: ecco come non rischiare gli scatti

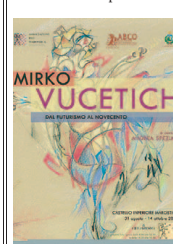
Macchina ferma, meglio se appoggiata a terra o su cavalletto, diaframma aperto per ottenere buone sfocature di sfondo, tempi lunghi se la luce del bosco è scarsa. Si fotografano così i funghi che in questa stagione abbondano, sperando che adesso la pioggia faccia il suo corso. Ma per mangiarli, l'attenzione deve essere maggiore. Se non siete esperti e dunque non sapete riconoscerli, meglio che non rischiare: affidatevi dunque alla Fiera Nazionale del Fungo Porcino di Albereto, la XVII edizione si tiene questo weekend. Al re dei miceti sono dedicati stand enogastronomici, cene golose, balli e musica dal vivo, un torneo di calcio, corsi di cucina, una mostra di trattori d'epoca (www.fieradialbereto.it). Immagine: Iso 100; 1/80 f2,8; rallizzata con Casio Exlim EX-ZR310, compatta equipaggiata da grandangolo 24mm e zoom ottico 12,5x, con tecnologia High-Speed per scatti rapidi in sequenza e diverse funzioni creative (259 euro).

Barbara Silbe

LA MOSTRA

Vucetich, sguardo sul futurismo Al castello di Marostica 70 opere

Al Castello inferiore di Marostica è aperta la mostra dedicata al futurista Mario Mirko Vucetich, artista tra i più poliedrici del Novecento italiano. L'esposizione, organizzata dall'Associazione ABCOnlus con il Comune di Marostica e la cura di Andrea Speziali è stata allestita nel castello, in occasione della ricorrenza alla celebre «Partita a Scacchi», messa in scena dall'artista nel 1955, diventata una delle sue opere più famose. In tutto settanta opere tra sculture, quadri, illustrazioni e fotografie. Di



notevole bellezza i ritratti scultorei, eseguiti tra il 1928 e il 1950, oltre alla testa di San Francesco del 1928, quelli di Goffredo Parise, Corrado Alvaro, e del grande attore Sergio Tofano. Senza dimenticare le sculture presentate alla Biennale di Venezia, tra cui il «Primo sonno», del 1938, il bozzetto preparatorio per il Foro Italoico di Roma, del 1936. Infine opere grafiche che hanno ispirato intellettuali come Carlo Emilio Gadda. Ingresso 5 euro con visita al castello. Info sul sito www.italialiberty.it

Paolo Fontanesi