

Alla scoperta dell'Italia, mangiando

A.B. (December 17, 2010)



L'ENIT organizza a New York un incontro con gli esperti della Dieta Mediterranea, non solo un regime alimentare sano ma un modo intelligente di viaggiare attraverso il Bel Paese

Midtown, Ristorante [Luna Piena](#) [2], l'Ente Nazionale per il Turismo porta a New York gli esperti della Dieta Mediterranea. Ed è il Direttore dell' [ENIT](#) [3] Nord'America, Riccardo Strano, a parlarci della Dieta Mediterranea in chiave turistico-gastronomica. “Non è solo un regime alimentare sano ma può essere alla base di un viaggiare nuovo, intelligente, alla ricerca di quei prodotti tipici spesso difficilmente esportabili”.

Un appuntamento importante questo organizzato a New York, soprattutto dopo che il 16 Novembre la



Dieta Mediterranea è entrata a far parte dei Patrimoni Immateriali dell'Umanità dell'[UNESCO](#) [4]. “Si tratta di un progetto coordinato di intervento sugli Stati Uniti, finanziato dal [Ministero dell'Agricoltura](#) [5] e da [Federsanità Anci](#) [6]”, ci dice Guglielmo Trovato dell'[Istituto di Medicina Interna e Terapia Medica dell'Università di Catania](#) [7], “serve a valorizzare la ricerca che già esiste e ad informare sugli studi in corso sia italiani che americani”.

E gli Stati Uniti hanno parecchio a che fare con il modello nutrizionale ispirato alle tradizioni alimentari dei paesi Europei del bacino del mediterraneo. All'origine del nome dieta mediterranea ci sono, infatti, ricercatori stelle e strisce. Già nel 1948 uno studio della [Rockefeller Foundation](#) [8] stabilì che le abitudini alimentari di alcuni paesi dell'Europa Mediterranea erano efficaci per prevenire le malattie cardiovascolari. Gli studi individuavano una correlazione positiva tra dieta mediterranea e minore incidenza di alcune patologie croniche. “Una dieta equilibrata uno stile di vita salutare vuol dire meno diabete, meno obesità e meno malattie neurodegenerative, insomma una qualità della vita sostanzialmente migliore” continua Enzo Chilelli, Direttore Generale di Federsanità Anci.

E sicuramente un ruolo chiave nel portare alla ribalta la dieta mediterranea l'hanno giocata gli immigrati italo-americani negli Stati Uniti che hanno tentato di portare le loro abitudini alimentari nel nuovo mondo. Vito Teti ne [Il colore del cibo: geografia, mito e realtà dell'alimentazione mediterranea](#) [9] scrive che “negli anni Cinquanta da un precedente rifiuto e disprezzo per l'alimentazione degli emigrati considerata carente ed insufficiente si passa ad un apprezzamento della cucina italiana”. Un mutamento di considerazione che è profondamente collegato, spiega Teti, ad un più generale miglioramento dell'immagine degli Italo-Americani in America.

Ma cosa significa dieta Mediterranea esattamente? Significa prodotti prevalentemente di origine vegetale, poca carne rossa, un po' di carne bianca, un po' più di pesce, pochi latticini, e poco buon vino “Qualità degli alimenti certificata da una normativa affidabile, qualità di conservazione, produzione e commercializzazione” spiega Guglielmo Trovato. La normativa Europea in particolare quella Italiana sull' agroalimentare è quanto di più elevato ci sia rispetto alla filiera del prodotto, ci dice Chilelli.

Dieta Mediterranea quindi come paradigma alimentare, culturale e turistico. A conferma di ciò la serata è proseguita con un excursus enogastronomico attraverso i prodotti ed i piatti tipici della penisola. Dagli scialatielli con le fave, alle orecchiette con cime di rapa, passando per i petti di pollo palermitani, la sogliola eoliana, tutto annaffiato da Prosecco di Zagara di Mandarinino Aglianico del Vulture, e Chardonnay di Puglia.

Related Links: <http://www.italiantourism.com/> [3]

Source URL: <http://newsite.iitaly.org/magazine/article/alla-scoperta-dellitalia-mangiando>

Links

[1] <http://newsite.iitaly.org/files/16315dscn18801292439521.jpg>

[2] <http://www.lunapienany.com/lunapiena/>

[3] <http://www.italiantourism.com/>

[4] <http://www.unesco.org>

[5] <http://www.politicheagricole.it/>

[6] <http://www.portal.federsanita.it>

[7] <http://www.unict.it/medint/istituto.htm>

[8] <http://www.rockefellerfoundation.org/>

[9] [http://books.google.com/books?id=Z-](http://books.google.com/books?id=Z-hfddHBXQQC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false)

[hfddHBXQQC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com/books?id=Z-hfddHBXQQC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false)