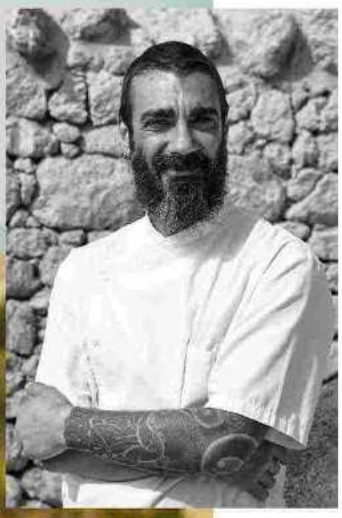
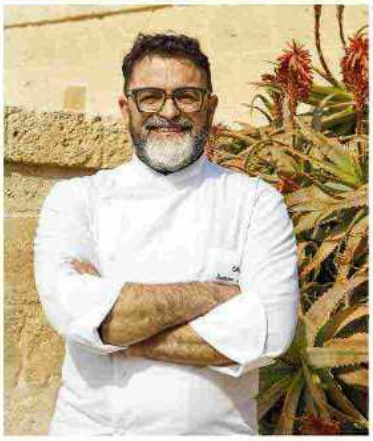
STANNO TUTTI BENE

Tra campi fioriti e il mare, cinque cuochi pugliesi si trovano a Borgo Egnazia, nel Brindisino, per parlare di cucina: dovrà essere più semplice e occuparsi della salute degli ospiti

di SARA MAGRO, foto MANFREDI GIOACCHINI

Da destra, in senso orario, i cuochi Francesco Montaruli, Solaika Marrocco, Antonio Bufi, Massimo Santoro e Domingo Schingaro sullo sfondo del resort Borgo Egnazia (BR), dove si sono incontrati per una giornata insieme. Nella pagina precedente, il campo da golf del borgo.



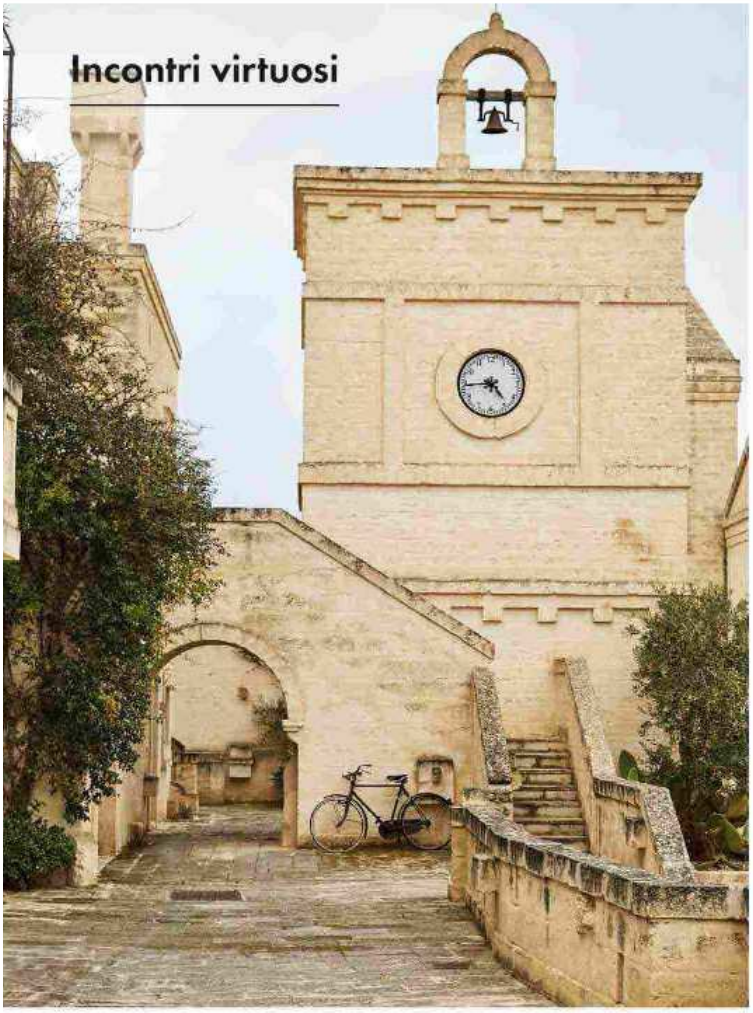


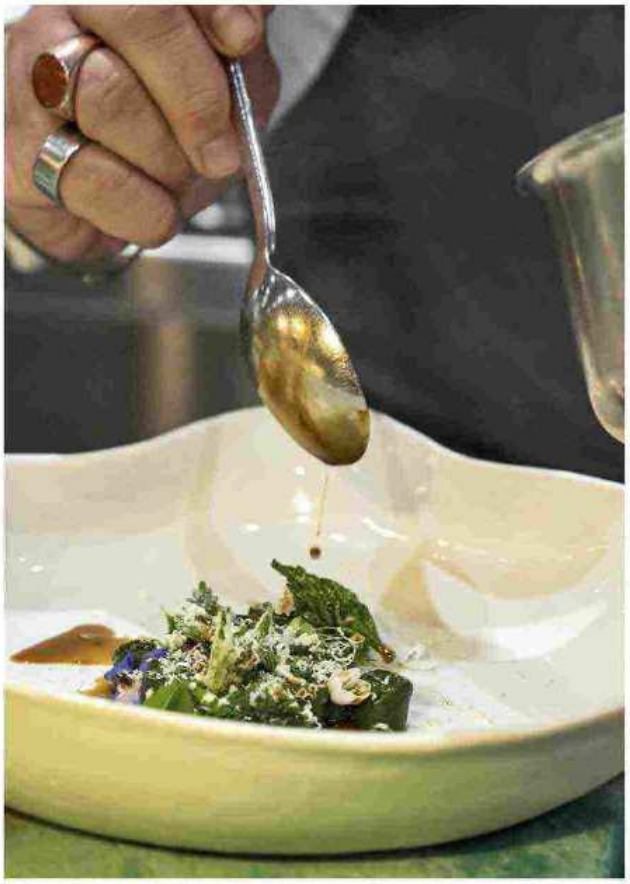
«Innanzitutto ringrazio *La Cucina Italiana* per averci dato l'occasione di ritrovarci dopo tanto tempo. Avevamo proprio bisogno di stare insieme, di fare una passeggiata, di confrontarci», così esordisce Domingo Schingaro, executive chef di Borgo Egnazia e del ristorante stellato Due Camini. È lui il padrone di casa di una **riunione amichevole** tra cuochi pugliesi, nata non per la solita cena a più mani, ma semplicemente per confrontarsi sulla gastronomia e sulle possibili strade da intraprendere in futuro. Gli invitati sono Massimo Santoro, chef della Masseria Le Carrube, Francesco Montaruli del locale Mezza Pagnotta a Ruvo di Puglia, Solaika Marrocco del Primo Restaurant, a Lecce, e Antonio Bufi, cuoco free lance di Bari.

La cucina di Borgo Egnazia è molto grande, e si può lavorare distanziati. Poi gli esterni sono distese di prati e uliveti che arrivano fino al mare, e non c'è pericolo di star troppo vicini né rischio di assembramento: praticamente, oltre a loro cinque, non c'è nessuno nel raggio di centinaia di metri.

Ed è primavera, uno dei periodi più propizi per la natura: pioggia e vento hanno seminato i campi, e ora il sole fa crescere **erbe e fiori** che è una bellezza. Molte sono piante edibili. L'esperto in materia è Francesco Montaruli: le riconosce e sa tutto di ogni stelo, dal nome latino all'impiego in cucina. Ma anche gli altri sono preparati: d'altra parte la Puglia è una regione generosissima di vegetali. Basti pensare alla varietà di verdure alla base dei **ricettari regionali**, a cominciare dalle virtuose cime di rapa.

La mattina presto i cinque cuochi sono andati a raccogliere gli ingredienti dei piatti che avrebbero cucinato: acetosella, borragine, sivoni (ovvero cicoria selvatica), asfodeli sono tra le erbe più diffuse e disponibili in questa stagione. E si possono usare per preparare una varietà di piatti, anzi un intero menù, dall'antipasto al dolce, come hanno fatto. Gli altri ingredienti arrivano comunque dalla Puglia, oltre che →



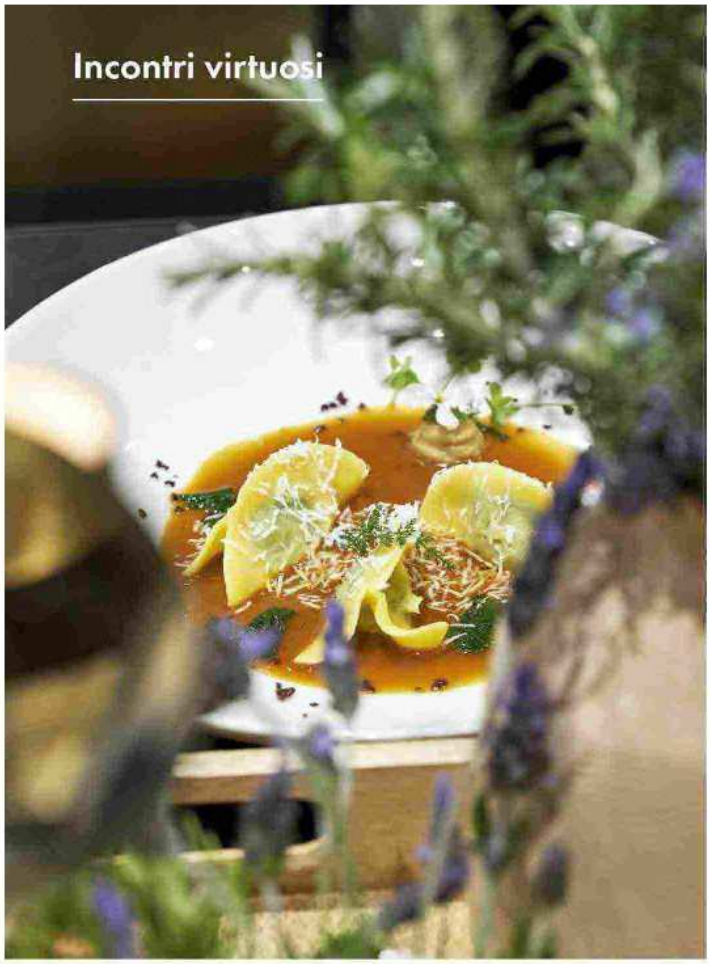


«Il nostro concetto di benessere è basato sulla felicità. Chi viene non fa la dieta, ma mangia solo cibo buono e sano» **ALDO MELPIGNANO**

dai grandi orti di Borgo Egnazia e degli altri hotel del gruppo, tutti nei dintorni di Savelletri di Fasano, in provincia di Brindisi. Schingaro ci tiene molto alla provenienza della materia prima: «Dico sempre che ho una brigata di centotrenta persone, anche se il mio team in cucina è di ottanta collaboratori. Gli altri cinquanta sono i miei **fornitori**, senza i quali non potrei ottenere i successi che abbiamo». Parla di Stefania dell'azienda Varvara, che gli vende le carni, e insieme con lui stabilisce come nutrire gli animali. E parla di Terre di San Vito a Polignano dove compra le carote colorate dal giallo al viola, della Pescheria Adriatica a Savelletri che gli garantisce il pesce più fresco, ma anche del Forno Sammarco, in provincia di Foggia, da dove arriva il pane Forma impastato con farina di grano arso, per tutelare la biodiversità.

Dopo la raccolta gli chef sono tornati in cucina dove hanno messo in pratica le teorie su un cibo più semplice e naturale, seppure fantasioso e buono. Sono tutti d'accordo che, nella ristorazione, è ora di fare non uno, bensì dieci passi indietro. «Basta con gli alambicchi. Abbiamo voglia di una **cucina verità**, più semplice possibile», spiega Schingaro. Come? «Per esempio, trasformando il meno possibile gli ingredienti». E proprio in quest'ottica i cuochi hanno preparato i loro piatti. Antonio ha fatto un'insalata di tuberi cotti e fermentati a cui ha aggiunto acetosella, piselli selvatici, fichi acerbi. Schingaro ha preparato gli gnocchi alla borragine e li ha conditi con ricci di mare. Massimo Santoro, cuoco vegetariano non premeditato («È semplicemente successo, senza fare una scelta drastica», racconta) ha cucinato dei tortelli con sivoni (cicoria selvatica) e ricotta di pecora, acqua di cipolla rossa e pecorino giovane. Francesco Montaruli invece si è cimentato in un marro di asfodeli arrosto. Però, che impresa: il marro è un'antichissima ricetta pugliese fatta con intestini e interiora →

Sopra, da sinistra, un angolo di Borgo Egnazia e gli gnocchi di borragine e ricci di mare di Domingo Schingaro. Sotto, ricci, astici, polpi e pesci appena pescati sul banco della Pescheria Adriatica di Savelletri, fornitrice di Borgo Egnazia.



di agnello che lui ha trasformato in vegano usando steli e fiori di asfodelo avvolti in foglie, e appoggiati su un letto di cardi selvatici, che chiama «polpi di terra», per la forma. Li ha cucinati in una pentola che serve anche da piatto di portata, creata da Vincenzo del Monaco, artista e artigiano della ceramica. Solaika infine ha dato il tocco gentile con un dessert mezzo selvatico e mezzo gourmet: pan di spagna di borragine, con crema chantilly e riduzione di vin brûlé.

Cucinavano e parlavano. E invece del Covid e dei relativi problemi, si sono concentrati sull'importanza di approfondire la conoscenza su ingredienti e nutrizione. Perché uno chef dovrebbe occuparsi prima di tutto del benessere dei suoi ospiti. Certo, sorprendendone il palato, ma anche garantendo **energia** e una serena digestione. Idea condivisa da tutti, soprattutto ora che la salute è ancora di più una priorità. E il miglior modo per farlo è scegliere ingredienti di stagione e ben coltivati, valorizzare i sapori con lavorazioni semplici e tradizionali, tutelare la cultura mediterranea del cibo.

Sopra, i tortelli con sivoni (cicoria selvatica) e ricotta di pecora di Massimo Santoro e un momento della raccolta di fiori ed erbe di stagione nei campi attorno al resort. In basso, le carote di Polignano, presidio Slow Food, coltivate come una volta e raccolte a mano nell'azienda agricola Terre di San Vito.

Borgo Egnazia ha cominciato dieci anni fa a occuparsi di benessere in modo approfondito, mettendo a punto un modello originale che coinvolge tutti gli aspetti del buon vivere, con i massaggi e la taranta-terapia, con le «feste del borgo» e i ritiri Blue Zone, per allungare la vita e migliorarne la qualità. Aldo Melpignano, il proprietario, ci tiene molto: «Il nostro concetto di well-being è basato sulla felicità. In particolare, quest'anno ci siamo concentrati sul cibo, e abbiamo deciso di adeguare i menù dei nostri bar e ristoranti alle **regole auree** dell'alimentazione, per le quali ci siamo ispirati ai protocolli dell'Oms». Molte le sappiamo già: poco sale; porzioni adeguate; più vegetali che proteine animali, sempre meno grassi e zuccheri, tanta acqua da assumere mangiando frutta e verdura, e bevendo tisane, succhi, brodi. Niente paura, non si va in Puglia a fare la dieta, che suonerebbe piuttosto come una tortura. Si va per capire che mangiare le cose giuste al momento giusto ci fa sentire bene e appagati, anche senza salumi e frittelle a ogni pasto. Se poi qualcuno vuole seguire il regime in modo rigoroso, può andare a colazione, pranzo e cena a La Calce, dove il menù adotta un ulteriore set di regole per rallentare l'invecchiamento e ridurre gli stati infiammatori e di stress. Poi c'è la cura naturale dello iodio, del vento e dei campi pieni di erbe e fiori che solo a respirarli rigenerano. ■