

# DESTINAZIONI GOURMET: 8 CITTÀ EUROPEE DA VISITARE NEL 2019. (Parte 3) HELSINKY e LIONE

– di Cesare Zucca -Paesi diversi, diverse città, tutte con un comune denominatore: la passione per la buona tavola, le ricette della tradizione e le specialità gastronomiche. Dopo Lisbona, Matera, Lubiana, Sibiu, Cracovia e il Sud Egeo, oggi vi porto a **Helsinki** e **Lione**, che nel 2019 ospiranno festival, competizioni, ristoranti, chef stellati, ristoratori e tavole imbandite all'insegna del gusto.

## HELSINKY, Finlandia.



Il 2019 evidenzierà la naturalezza e la semplicità della tavola finlandese. La capitale è una città ricca di storia culinaria e vanta alcuni ristoranti datati 18 esimo secolo. Nei mercati troverete prodotti stagionali, pesce, carni,

latticini, verdure, cereali e prelibatezze tipiche delle varie regioni. Durante tutto l'anno numerosi festival segnano l'arrivo dei cibi preferiti e dal 11 al 13 Marzo un appuntamento per i buongustai: **Gastro Helsinki**, dove parteciperanno più di 1000 ristoranti. I finlandesi sono orgogliosi dei prodotti nazionali a cominciare dalle **patate novelle** che compaiono in giugno e il cui primo raccolto fa talmente notizia da essere degno di articoli sui giornali. Ottime con aringhe, uova di pesce o giusto una noce di burro, un po' di aneto e un pizzico di sale. **Karjalanpiirakka** (tortina salata con patate o riso) **rahkapiirakka** (torta al formaggio) **reikäleipa**, (ciambella con il buco) **näkkileipä**, (croccante pane di segale da spalmare con burro o formaggio) **Infiniti piatti poronkaristys** (carne di alce, di orso e di renna) **grillimakkara** (grandi wurstel, alla griglia) **leipajuusto** (il 'formaggio dal rumore cigolante' a base di latte di renna o di capra). Pesce saporito: la famosa **aringa del Mar Baltico**, servita grigliata o affumicata, il delizioso **salmone** e il **kalakukko** (pasticcio di pesce rosa lapponese).



Da Luglio a Ottobre, le celebrazioni *rapujuhlat* festeggiano i deliziosi **gamberi rossi d'acqua dolce** considerati veri gioielli culinari. I dolci hanno curiosamente il nome di poeti nazionali come la **torta di Runeberg** (tortino di Febbraio con pan di zenzero, mandorle e marmellata di lamponi). Luglio e agosto rappresentano la stagione dei mirtilli nei boschi finlandesi. *dove troviamo camemoro* (bacca arancione ricca di vitamina C) e i panciuti mirtilli blu, ideali per la crostata **mustikkapiirakka**, Potete liberalmente coglierne quanti ne volete, e magari metterli nel freezer per l'inverno Da masticare a ogni ora il **salmiakki** (liquirizia salata).



**LIONE, Francia**



Poteva mancare la Francia? Certo che no. In perfetta sintonia con la *grandeur française*, Lione vedrà riuniti 24 top chef da tutto il mondo , che il 29 e 30 Gennaio si sfideranno nella gara gastronomica più acclamata, durante la quale dovranno dare il meglio per cercare di vincere il trofeo più prestigioso del mondo della gastronomia: il **Bocuse d'Or**. Concorre anche l'Italia con il nostro tristellato **Enrico Crippa** del Piazza Duomo di Alba... auguri Enrico! La kermesse continuerà con gli eventi **BIG Biennale Internationale du Gout** e **Goût de France**, dove i visitatori potranno incontrare gli chef, visitare negozi gourmet, scoprire giardini di vegetali e seguire workshop di cucina. Perché Lione? Risponde un'eccellenza, lo Chef stellato **Régis Marcon**, presidente dell'evento. *"Penso che Lione sia la scelta più idonea per ospitare questa manifestazione soprattutto per tre parole chiave: agricoltura, commercio di catering e ricerche nei campo del cibo e della salute"*



Ma l'abbuffata non finirà, tra festeggiamenti, banchetti e libagioni in Settembre verranno inaugurati 3 musei dedicati al cibo.



Lione è considerata la **Capitale Gastronomica della Francia** con la più alta presenza di ristoranti stellati e meta prediletta per gli amanti della buona cucina. In Rue de Brest e nel centro potrete trovare molte *bouchon*, vecchie locande del 18esimo secolo. Cucina ricca e sostenuta, a cominciare dai suoi eccellenti formaggi, tra cui **Saint-marcellin**, **Saint-**

**Félicien, rigotte, Mont-d'Or e Cervelle de canut.**



Tra le sue specialità: la **salade lyonnaise** (insalata verde insaporita con uovo in camicia, pancetta e crostini di pane), la **rosette de Lyon** (salame essiccato), i **gratons** (ciccioli di maiale), il **gateau de foies de volaille** (sformato di fegati di pollo) **quenelles de brochet** (gnocchetti morbidi alla crema Natua) **boudin aux pommes** (sanguinaccio con mele), **gratin de cardons** (cardi gratinati), **andouillette** (salsiccia di stomaco e intestino di maiale), **cervelas lyonnais** (salsiccia bollita e patate) e l'imperdibile **tablier de sapeur** (trippa impanata) della famosa **pomme dauphine** (purea di patate mista a pasta per bignè), **foie de veau à la lyonnaise** (fegato di vitello).



Foto©Frederic Durantet

Sosta d'obbligo alla famosa [Brasserie Georges](#), per tre gioielli lionnesi: **Tête de Veau Sauce Ravigote**, **Véritable Andouillette « Maison RAVIER » à la Fraise de Veau** e **Saucisson Pistaché** con salsa à la Mâconnaise. E per un grande finale, gli storici dolci lionnesi: **Pogne de Romain** (brioche e fiori d'arancia), i bigné **Bugnes**, le crepes **Matefaim** e **Coussin de Lyon** (dolce a base di cioccolato e pasta di mandorle).



## INFO

[Visit Finland](#)[BIG Biennale Internationale du Gout](#)[Goût de France](#)[Brasserie Georges](#)

---

**DESTINAZIONI GOURMET: 8 CITTÀ EUROPEE DA VISITARE NEL 2019. (parte 2) VERSO IL SUD: LISBONA, SUD EGEO, MATERA**

-di Cesare Zucca-

Voglia di luce, sole, colori, emozioni? In più amate la buona



tavola? Le ricette della tradizione? I sapori antichi e il meglio della cucina regionale? Il nostro viaggio continua... oggi vi porto a scoprire tre gioielli del Mediterraneo e le loro meravigliose ricette della tradizione. Dagli azzurri delle maioliche portoghesi, al blu intenso del Mare Egeo e delle case, alla tavolozza dei colori dei sassi di Matera che all'alba riflettono candide sfumature tipicamente mediterranee e al tramonto sembrano confondersi con il cielo.

## LISBONA, Portogallo



E' la seconda classificata nella lista delle **Capitali Europee della Cultura Gastronomica 2019**. Una città tutta da scoprire e una destinazione super trendy. Cucina ricca, saporita, solare e ben condita. Da ristoranti stellati, a tipiche *tabernas* e suggestivi bar *petiscos* dove troverete stuzzichini con olive, insalata di polipo e crocchette di pesce.



Foto©Cesare Zucca

Tra le specialità: **caldo verde** (zuppa nazionale con cavolo, patate, erbe e fettine di *chorizo*), **arroz de polvo** (risotto cremoso con polipo), **bifanas** (involtini di maiale e vino), **pregos** (tramezzini di carne) e la famosa **francesinha** (toast superfacito con uova, prosciutto, salsiccia, formaggio e salsa al Porto).



Foto©Cesare Zucca

Tanto pesce, gustosi frutti di mare e 'sua Maesta' **bacalà**, fritto nelle **pataniscas**, oppure mantecato **à Bras**. Il dolcetto nazionale è **pasteis de nata** (piattelle alla crema, della serie 'una tira l'altra'...) da gustare nella storica **pasteleria** alla Torre de Belèm.



Foto©Cesare Zucca

## SUD EGEO, Grecia



Una città non vi basta? Puntate verso l'Egeo Meridionale, designato **Regione Europea della Gastronomia 2019**. Vi aspettano più di 50 isole delle Cicladi e del Dodecanneso: Paros, Andros, Milos, Mykonos, Kos, Santorini, Syros, Naxos, Tinos, Rodi, Kalymnos, Karpathos e tante altre destinazioni idilliache ricche di tavole vibranti di gusto, colore e delizie che vanno dal polipo alle sardine in crosta di sesamo, all'agnello profumato alle erbe, a formaggi di pecora, a verdure e legumi solari. Tanto pesce servito in stile **kakavia** (stufato) e **gouna** (essiccato al sole). e **xtapodi** (calamari arrosto)



Capra, agnello e manzo, inaffiati dai vini locali. L'ineguagliabile **fava di Santorini**, essiccata e poi preparata come una purea, molto simile come consistenza all'*hummus*. È un piatto semplice ma allo stesso tempo molto nutriente, può essere servito come piatto principale oppure più spesso come contorno con *feta*, cipolle e olive nere.



Foto©Cesare Zucca

Tanto pesce servitor in stile **kakavia** (stufato) e **gouna** (essiccato al sole). Ottimi formaggi tra cui **kefalotiri**, **ladotiri**, **skotiri**, **mizithra**. Ottimi piatti vegetariani: **revithokeftedes** (polpette di ceci), **tsimetia** (fiori di zucchine ripiene). Tanto miele: il profumatissimo **mayiotiko** proviene dai fiori primaverili e viene usato in molti piatti: **avgokalamara** (pasta fritta), **kalsounia** (dolce al formaggio) **amigdalota** (biscotti di marzapane) lo troviamo perfino nell'acquavite **tsikoudia**. Grazie al suo ambiente geofisico, ai prodotti locali e all'identità gastronomica la regione del Sud Egeo è un paradiso terrestre.



## MATERA, Italia



Infine Matera, il 2019 si annuncia come un anno glorioso per il gioiello lucano eletto **Capitale della Cultura Europea 2019**.

Molti viaggiatori esperti di cibo conoscono da tempo questa città di montagna unica, costellata da caverne, da antiche abitazioni scavate nella roccia, dai suoi poveri Sassi abitati da famiglie e bestiame, da storie, leggende e arte. Matera, a lungo isolata dal resto d'Italia, rimane uno degli ultimi veri baluardi della cucina povera. Autentiche ricette contadine composte da ingredienti poverissimi che danno vita ad un piatto buonissimi, sani e nutrienti, come le spettacolari zuppe di legumi locali e quelle con i ceci neri. Sarà un grande anno per Matera che il 19 Gennaio inaugurerà ufficialmente gli eventi con la partecipazione di bande provenienti dalle Capitali della Cultura di tutto il mondo. Grande festa anche per il **pane di Matera**, celebre in tutto il mondo, che sarà protagonista di workshops, degustazioni e festeggiamenti.





Foto©Cesare Zucca

Indiscutibile leggenda della cucina materana è il dolce **peperone crusco**, che viene prima essiccato al sole e poi fritto per tramutarsi in una croccante e saporita esplosione di gusto, deliziosa in tutte le stagioni. A partire dal 1 Agosto, tra balli, canti e tavole imbandite, si celebrerà la **crapiata** (tradizionale piatto conviviale con grano, farro, lenticchie, ceci, fagioli, fave, patate e piselli). In Giugno, la città dei Sassi ospiterà [Breadway](#), un viaggio nella tradizione della panificazione materana. La primavera 2019 vedrà l'installazione delle tavolate [Mammamiaaa](#), cene aperte e tutti in cui l'ospite prepara una ricetta tradizionale della

sua famiglia insieme a dieci invitati. A novembre si terrà l'**Asta del Tartufo** bianco lucano in contemporanea a quella di Alba. Grande spazio alla cucina locale, dalla **cialledda** (pane duro condito con patate, cipolla, erbe della Murgia),



Paste ricche, saporite e solari: le **strascinate** (pasta con cime di rape materane e peperoni cruschi), i **gnummareddi** (involtini di interiora di agnello, fegato, polmone, cuore e animelle legati da un sottile budello naturale), il **baccalà** con peperoni cruschi, **cutturiddi** (agnello con cipolline, pomodori, alloro e rosmarino), **pignata** (carne di pecora o di castrato condito in terracotta con salame piccante, pecorino, peperoncino e tante verdure).



Lunedì prossimo ci aspettano Francia e Finlandia, due regioni con caratteristiche diverse ma con una passione in comune: grandi competizioni gastronomiche. **Vi porterò in due meravigliose città: Lione e Helsinki. Buon viaggio gourmet!**

---

## A Lione con Cherif

Il prossimo 13 giugno Lione ospiterà, nel nuovo **Stade des Lumieres**, la partita degli Europei **Belgio -Italia** in occasione della quale moltissimi tifosi si recheranno nell'incantevole cittadina francese. Noi abbiamo pensato di presentarla seguendo le orme del detective **Kader Cherif**.

Alto, carismatico, con un sorriso sornione perennemente stampato sulla faccia e assolutamente ingovernabile, Kader Cherif, capitano della squadra criminale della polizia di Lione nella finzione tv,



indaga sui crimini e risolve i casi con metodi inusuali. Stiamo parlando della serie televisiva **Cherif**, campione di ascolti in Francia e andata in onda in Italia a partire dal 4 gennaio di quest'anno sulla rete televisiva Giallo di Discover Italia. La soluzione dei vari casi avviene soprattutto per la grande conoscenza che l'affascinante capitano ha di Lione, sua città natale e set di realizzazione della serie televisiva. Per gli amanti del noir, ma anche per chi ama le architetture splendide, la storia, la cultura e soprattutto la buona cucina, il telefilm può essere un ottimo spunto per andare alla scoperta di Lione, capoluogo della Regione Alvernia-Rodano-Alpi e terza città più grande della Francia dopo Parigi e Marsiglia.

Lione sorge alla confluenza di due fiumi, il Rodano e la Saona, ed è composta da un centro storico bellissimo e da una zona più commerciale e moderna. I lionesi sono ben consci della bellezza e dell'importanza della loro città al punto che il motto di Lione è *Avant, Avant, Lion le melhor*, "avanti, avanti, Lione la migliore" in dialetto arpitano.



## **COSA VEDERE A LIONE**

E hanno ragione i lionesi a essere orgogliosi della loro città, dato che ben 500 ettari sono stati dichiarati dall'UNESCO nel 1998 Patrimonio dell'Umanità.

Il suo nucleo più antico, la **collina di Fourvière**, è il punto dove sorse il primo insediamento. Val la pena di raggiungere la cima con la funicolare, la *ficelle*, che parte dalla stazione della metropolitana Vieux-Lyon ogni 5-10 minuti e funziona dalle 6 alle 22. Sulla cima si trova la **Basilica di Fourvière**, eretta nella seconda metà del XIX secolo.



Un gioiello di architetture rinascimentali secondo solo a  Venezia, il **Vieux-Lyon** è il quartiere antico, Patrimonio dell'Umanità, che occupa un'area di 25 ettari tra la Saona e la collina di Fourvière. È un gruppetto di case dalle facciate rinascimentali tra cui serpeggiano stretti vicoli di pietra. Come **Rue Saint-Jean**, che si snoda nel quartiere con scale a chiocciola, gallerie, finestre a crociera e i tipici traboules, stretti passaggi perpendicolari alla Saona che collegano i vari edifici e che un tempo erano usati dai lavoratori della seta per portare le merci da un palazzo a un altro. Nel quartiere sorge anche la **Cattedrale di Saint-Jean** (orario: lun-ven 8-12 e 14-19.30, sab 8-12 e 14-19, dom 14-19.30) costruita tra il 1180 e il 1480. Vale la visita la **Rue de la Lainerie**, dove, al civico 14, si trova la Maison des Mayet de Bauvoir in stile gotico.

Ed ecco il fascino ottocentesco di **La Presqu'île**, il quartiere che sorge sulla penisola fra il Rodano e la Saona e rappresenta il cuore di Lione. Il centro del quartiere è **Place Bellecour**, progettata nel Settecento.



La collina di **La Croix-Rousse** sorse agli inizi del XIX secolo con l'affermarsi dell'industria della seta. E per saperne di più su questa fiorente attività si può visitare la Maison des Canuts (10-12 Rue d'Ivry, tel. 04.78286204; orario: lun. ven. 9-12 e 14-18.30, sab 9-12 e 14-18; ingresso: € 4) dove si possono vedere le testimonianze di questa storica attività lionese attraverso un video che mostra i telai in funzione, la vita degli operai, le tecniche. Vale la visita anche il Musée des Tissus (34 Rue de la Charité, tel. 0478384200).

## **INFORMAZIONI PRATICHE**

[LYON CITY CARD](#): tessera acquistabile nel locale Ufficio del Turismo che consente gratuità e riduzioni per l'ingresso ai musei di Lione, viaggi illimitati sui mezzi pubblici cittadini e una visita guidata a scelta.

DOVE DORMIRE: noi consigliamo l'[Hotel De la Croix-Rousse\\*\\*\\*](#): decorazione contemporanea, ogni piano è contraddistinto da un colore e alcune camere hanno il balcone con una magnifica vista su Lione.

DOVE MANGIARE: assolutamente da provare, il [Les Loges](#), una caratteristica bouchon lionese che propone cucina della tradizione ma anche piatti creativi e innovativi nati dalla fantasia dello chef Antony Bonnet che ha ottenuto la sua prima Stella Michelin nel 2012.

La città vanta inoltre, di una cucina straordinaria... per saperne di più date un'occhiata al nostro articolo dedicato alle ricette lionesi: [Lione, capitale della gastronomia](#).