

# WIGWAM

NEWS



**DIVENTA RESILIENTE!**

**PARTECIPA CON NOI  
E SOSTIENI LA RETE DELLE  
COMUNITA' LOCALI WIGWAM**

**Quote associative 2024**

- Socio Ordinario € 25,00
- Socio Sostenitore € 100,00
- Socio Sostenitore Ente € 300,00

c/c Postale n. 69120327 intestato a Wigwam APS Italia o con bonifico a IBAN IT86X076011210000069120327 BIC/SWIFT BPPIITRRXXX

Scegli Wigwam per il tuo **5 per mille**

**92061130289**



**Viola Ceriani**

di anni 19

di Sesto San Giovanni (Mi)

Lavoro candidato al Premio Wigwam Stampa Italiana 2024  
Giovani comunicatori per Comunità resilienti  
→ [info@wigwam.it](mailto:info@wigwam.it)



**Nel Ponente Ligure dove trascorro le vacanze estive, ho avuto modo di scoprire e apprezzare la cipolla Belendina**



**La Comunità Locale Wigwam del Ponente Ligure**

## IL GELATO GOURMET ALLA CIPOLLA BELENDINA DI ANDORA LIGURE

*Presente nel territorio andorese già dalla fine dell'800, pare provenire dall'Oriente, portata qui dai marinai liguri. La biochimica di un gelato straordinario*

**S**ono Viola Ceriani, ho 19 anni, sono nata a Milano, studio biochimica al King's College di Londra. Ho sempre apprezzato il gelato come alimento tradizionale italiano per consistenza, diversità dei gusti e ricordo di bei momenti estivi.

Nel Ponente Ligure dove trascorro da sempre le vacanze estive, ho avuto modo di scoprire e apprezzare la cipolla *Belendina*. In pastella è squisita. I suoi grossi anelli fritti sono chiamati i "calamari dell'orto". La cipolla *Belendina* ha forma di fiasco e ha un peso notevole: può arrivare a 2 kg. Presente nel territorio andorese già dalla fine dell'800, pare prove-

nire dall'Oriente, portata qui dai marinai liguri. (Nota: vedi storia e ricetta sulla Wigwam News n° 149 del 28/05/2024). Oggi questo ortaggio dal sapore dolce e delicato è stato riconosciuto come *Presidio Slow Food*.

**Il mio interesse per la biochimica mi ha portato a studiare più a fondo questa cipolla, a livello di molecole attive e odorose che la caratterizzano.**

La cipolla, il suo nome scientifico è *Allium cepa*, ha un odore caratteristico dovuto alla presenza di molecole di zolfo. Il potere lacrimogeno della cipolla è invece dovuto a particolari molecole



(amminoacidi solfossidi) che sono prodotte da enzimi quando le cellule vengono compromesse o lesionate, ad esempio dal taglio della lama del coltello. Il suo gusto deciso e il fatto di far piangere durante la preparazione rendono la cipolla un ingrediente alimentare che non piace a tutti.

**Questa estate ho invece scoperto che la gelateria Perlecò di Alassio, famosa per i gusti particolari ai fiori e alle erbe, fa un gelato ancora più speciale: il gelato al gusto di cipolla Belendina!**

Il gelato è l'alimento principe dell'estate. Ma è anche un "miracolo" fisico strettamente dipendente dalle temperature (il gelato artigianale ghiaccia con più difficoltà). In Italia esistono diversi disciplinari tecnici e codici di autodisciplina: per definire produzione e composizione faccio riferimento alla proposta di legge (XVIII

legislatura, Camera dei Deputati n.1306) per l'Istituzione della denominazione di «gelato artigianale di tradizione italiana»: *"si caratterizza per l'impiego nella preparazione di miscele di ingredienti provenienti da materie prime fresche e genuine, preferibilmente di origine nazionale"* con un processo di realizzazione che deve avvenire *"mediante la mantecazione, ossia tramite il mescolamento e il contemporaneo congelamento della miscela, si ottengono le caratteristiche consistenza e morbidezza del prodotto, che in tale stato è destinato alla vendita e al consumo"*.

**In questa proposta di legge la temperatura distingue il gelato artigianale da quello industriale: "Qualsiasi prodotto che mantenga la struttura e la consistenza propria del gelato a una temperatura superiore a 0 gradi centigradi non può essere conside-**



**Il gelatiere Aldo De Michelis**

**rato «gelato artigianale di tradizione italiana»".**

Ho intervistato il gelatiere **Aldo De Michelis**, il creatore di questo gelato che, più che da passeggio, si addice alla preparazione di piatti gourmet. Il Sig. Aldo conosce bene la tecnologia del gelato tanto da modificare alcuni parametri fisici in modo da ottenere un gelato diverso e unico: *"il nostro gusto crema è buonissimo e molto richiesto anche se tecnicamente è un gelato sbagliato"*. Anche lo zucchero viene utilizzato in una percentuale minore (circa del 7%) rispetto al gelato tradizionale.

**Il Sig. Aldo è un grande esperto di gusti innovativi a base di piante liguri (lavanda), fiori (rose, violette) ma anche ingredienti appartenenti al food come "l'acciugotto" (un gelato dal sapore di pane, burro e acciughe).**

**La Gelateria Perlecò**





**Viola:** *Si può dire che con il gelato alla cipolla Belendina si supera il confine tradizionale del gelato street food nel cono o coppetta, arrivando al posizionamento come ingrediente gourmet per l'impiattamento a tavola?*

**Aldo:** Certamente sì. Questo gelato, dal colore rosato e con un sapore aromatico e deciso, ha qualche difficoltà ad essere abbinato ad altri gusti, più naturale è il suo abbinamento con frutta e verdura di stagione (pomodori, carote, trombette, zucchine e peperoni). Proprio il cundijun (insalata ligure) che ha tra i suoi ingredienti anche l'acciuga, si abbina perfettamente al gusto del gelato alla cipolla Belendina.

**Viola:** *Dal punto di vista nutrizionale, questo gelato ha elementi particolari?*

**Aldo:** È un gelato con valori nutritivi molto simili a quelli della fragola e, contrariamente a quanto ci si può aspettare, è gradevole. Un gelato delicato e dolce, con equilibrio di sapore (la nota di dolce data dallo zucchero è ben bilanciata da una punta di acidità della cipolla).

**Più che il valore nutrizionale del gelato bisogna con-**

**siderare il valore complessivo del piatto che, come l'insalata di ortaggi estivi, condito con l'olio extravergine della Riviera Ligure DOP e guarnitura aromatica di verdi foglioline di basilico (altra eccellenza ligure), realizza un felice mix di sapori, freschi e gustosi.**

**Viola:** *Grazie Sig. Aldo, sono molto contenta di averla incontrata e aver avuto la possibilità di presentare alla grande comunità Wigwam questa cipolla, unicità del Ponente ligure, con le sue tante proprietà nutraceutiche e gastronomiche. Un fresco alimento per mantenere una buona salute e un gusto gradevole.*

### Profilo nutrizionale

**L**a cipolla Belendina è un alimento a basso apporto calorico (circa 20 kcal/100g). Ricca di acqua e fibre, povera di carboidrati, grassi e proteine, la cipolla è una fonte nutrizionale di minerali (potassio e magnesio, calcio, zinco, fosforo e selenio) oltre che vitamine, antiossidanti (Vitamina C e polifenoli).

Grazie a questi valori positivi mostrati dalla biochimica, il gelato alla cipolla Belendina si rivela un ottimo ingrediente molto innovativo per completare i piatti estivi.

### RICETTA DEL CUNDIJUN AL GELATO ALLA CIPOLLA BELENDINA

**R**icetta semplice, veloce e rinfrescante. Ingredienti: pane casereccio, lat-



**Il gelato alla cipolla Belendina**

tuga, pomodorini, cetrioli, peperoni gialli, aglio, basilico, aceto, olio extravergine della Riviera Ligure DOP, olive taggiasche, sale. Mescolare tutti gli ingredienti e completare con una o due palline di gelato di cipolla Belendina al centro del piatto ■

© Riproduzione riservata



## SEULLA DAY

SERATA DI PROMOZIONE DELLA CIPOLLA BELENDINA  
PRESIDIO SLOWFOOD  
VENDITA E DEGUSTAZIONE PRODOTTI

**SABATO 3 AGOSTO**

DALLE ORE 17,00 ALLE ORE 23,00  
VIA ROMA LATO VIA AURELIA

