



Corriere del Ticino

Corriere del Ticino / Extra
6933 Muzzano
091/ 960 31 31
www.cdt.ch

Genere di media: Stampa
Tipo di media: Quotidiani e settimanali
Tiratura: 29'876
Periodicità: settimanale



Pagina: 8
Superficie: 105'047 mm²

SAPORI TICINO
SAVEURS AGENCY

Ordine: 3008264
Tema n°: 581.009

Riferimento: 70898600
Clipping Pagina: 1/2

Lugano città del gusto

Percorsi golosi

GASTRONOMIA *Alcuni consigli per provare a orientarsi nella miriade di stand ed eventi della manifestazione. Importante comunque è prendersi il tempo per curiosare*

di **Giovanni Bruni**

Undici giorni gourmet, con un centinaio di eventi. Di che leccarsi i baffi, certo, ma anche di che perdersi nella miriade di stand, conferenze, laboratori e via dicendo che costellano Lugano città del gusto. Insomma, si rischia di andare e non vedere (ascoltare/gustare) quello che davvero interessa. Che fare allora? Primo consiglio: prendetevi il vostro tempo per guardare e curiosare; una manifestazione di questo genere non è fatta per «magnare e bbevere», per dirla alla Aldo Fabrizi, ma per scoprire e imparare.

Prima avvertenza: visto che comunque il cibo e le bevande vanno assaggiate, sappiate che ogni giorno la rete agroalimentare ticinese propone degustazioni gratuite, mentre a cena potete sbizzarrirvi tra i presidi Slow food (11 serate a Villa Selva a Massagno) e tutti i ristoranti del Luganese che propongono il piatto simbolo della rassegna, la polpetta. Per il resto, noi ci si permette di suggerirvi alcuni percorsi tematici, che potrete evidentemente modi-

ficare adattandoli ai vostri gusti, alle vostre esigenze e, off course, al vostro tempo. Noblesse oblige, iniziamo da **Slow food**, meritoria associazione che ci ha insegnato a riscoprire il valore del cibo. Detto delle cene, segnaliamo il percorso del gusto al Lux di Massagno in concomitanza con la rassegna Gusticinema (ne parliamo nella rubrica apposita) e domenica una degustazione polpettistica, gratuita, dalle 14 al Padiglione Conza. Da non perdere, tra il molto, due incontri-degustazione a pagamento: il primo questa domenica alle 11 al Museo della pesca di Caslano, dove si parlerà e si scoprirà il pesce dei nostri laghi, il secondo sabato 22, quando dalle 9 al Palazzo dei congressi si parlerà e si assaggerà l'olio d'oliva dei nostri laghi (Ceresio, Maggiore, Como e Varese). Tutte le sere al Villa Selva a Massagno cena Slow food. Se invece vi siete lasciati incuriosire dal tema del servizio portante di questo numero di ExtraSette, un **percorso cibo e salute** è quello che fa per voi. Il Cardiocentro presenta

un ricco programma di incontri, praticamente uno al giorno, tra cui domani alle 11 proprio un approfondimento sulla dieta mediterranea. Non è il solo ente a farlo: oggi alle 16 al Palazzo dei congressi l'IBSA dedicherà una conferenza alla dieta per il maschio, domani alle 11 Casa Santa Elisabetta una all'alimentazione nell'infanzia e alle 16 Amia e Swiss Anti-Aging Sapience una appunto sulla dieta anti-aging, la SUPSI lunedì alle 17 un workshop sull'educazione alimentare e BioTicino venerdì 21 alle 16 un incontro con la nutrizionista Laura Vaccarino. E l'elenco non è esaustivo. Non vi basta? Dedicatevi al **Ticino e ai prodotti nostrani** allora, e non avrete che l'imbarazzo della scelta: piazza del formaggio sabato 15 e domenica 16 (asta venerdì 21, degustazione top ten sabato 22), erbe officinali (martedì 18), amari e distillati (venerdì 14 e mercoledì 19), birre (sabato 15 e martedì 18), vino (lunedì 17), aceto balsamico (domenica 16 e mercoledì 19)... Di tutto, di più e tanto altro ancora.



Corriere del Ticino

Corriere del Ticino / Extra
6933 Muzzano
091/ 960 31 31
www.cdt.ch

Genere di media: Stampa
Tipo di media: Quotidiani e settimanali
Tiratura: 29'876
Periodicità: settimanale



Pagina: 8
Superficie: 105'047 mm²

SAPORI TICINO
SAVEURS AGENCY

Ordine: 3008264
Tema n°: 581.009

Riferimento: 70898600
Clipping Pagina: 2/2

Miglior prenotare
Tutto è concentrato tra il Padiglione Conza, il Palazzo dei Congressi e Villa Ciani. Ricordatevi solo che non tutto è gratuito, che per molte cose bisogna iscriversi, e che in ogni caso bisogna pagare un biglietto di entrata.

1. **PADIGLIONE CONZA**

2. **PALAZZO DEI CONGRESSI**

3. **VILLA CIANI**

PARCHEGGIO GERRA NAVETTE

TENNIS

LIDO

PARCO CIANI

VE.14
VARI LUOGHI LUGANO FINO AL 23
LUGANO CITTÀ DEL GUSTO
www.luganocittadelgusto.ch