

**Istituto Tecnico Agrario
Emilio Sereni
Roma**

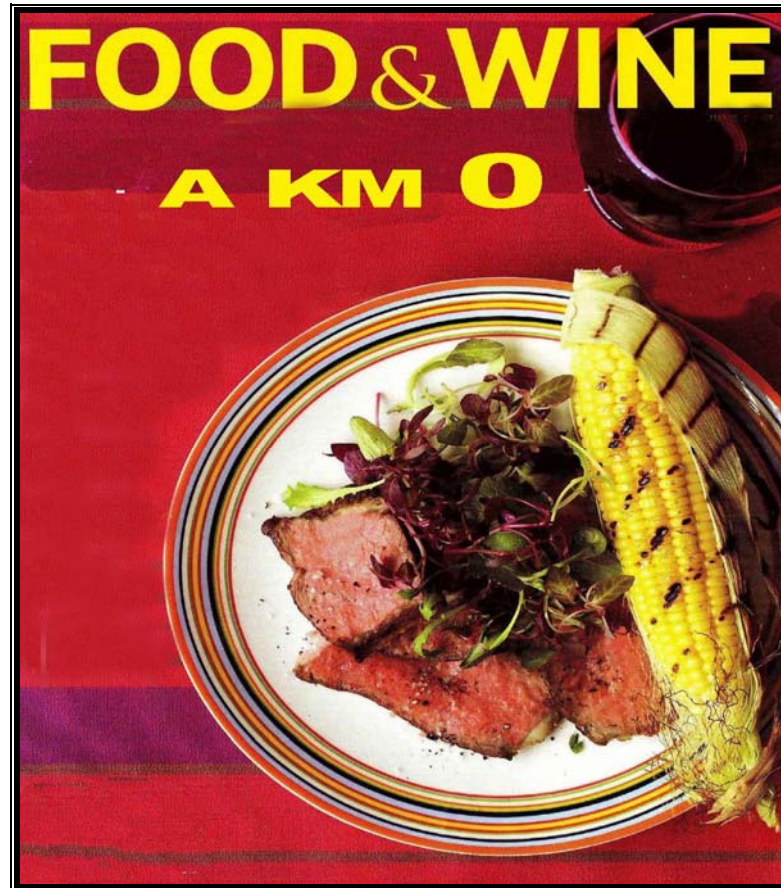
Presenta

Food and wine a Km 0



Totaro S. Della Posta S.

Food and wine a Km 0
Mangiare bene, vivere meglio... risparmiando!



Si sta diffondendo in questi ultimi tempi il concetto di food and wine a Km 0. Ovvero la possibilità di consumare prodotti alimentari provenienti da un territorio il più possibile vicino alla residenza del consumatore.

La filosofia di questo nuovo modo di fare acquisti, risponde innanzitutto alla necessità di **valorizzare i prodotti del territorio, rispettandone la stagionalità, dando la possibilità di risparmiare eliminando la filiera. In sostanza qualità a prezzi competitivi e allo stesso tempo più ricavi per il produttore.** Tutto questo non si esaurisce soltanto in un semplice rapporto produttore – consumatore, ma si estende in una prospettiva più ampia che coinvolge il territorio e ne promuove il suo potenziale, rafforzandone il legame con lo stesso, garantendo la stagionalità dei prodotti. Questo rapporto diretto ed immediato consente di educare al gustare e non solo al mangiare,

insegnare cosa significa un'alimentazione sana ed equilibrata, vedere di persona come si producono i prodotti e di *consumarli a Kilometri zero*.



Prodotti a km 0 vuol dire anche garantire consumi sostenibili dal punto di vista della salvaguardia del clima e dell'ambiente. Si è stimato che con semplici accorgimenti nella spesa e nel consumo degli alimenti, ogni famiglia può tagliare i consumi di petrolio e ridurre le emissioni di gas ad effetto serra di 2 mila chilogrammi (CO2 equivalenti) all'anno per contribuire concretamente al raggiungimento degli obiettivi fissati dal protocollo di Kyoto e a fermare gli effetti disastrosi dei cambiamenti climatici.



Quanta energia sprechiamo importando i cibi? E' questo l'interrogativo posto dal quotidiano *La Repubblica* in un dossier del 18.04.2008. Secondo quanto dice l'articolo dal vino australiano alla carne argentina, si perdono per strada fino a 10 kg di anidride carbonica. Comprare oggi un'anguria che viene dal Panama al costo di 5,7 kg di anidride carbonica al chilo o un melone del Guadalupa al costo di 4,7 kg di anidride carbonica è saggio? O sarebbe meglio

aspettare un mese e comprare la stessa frutta prodotta a poche decine di chilometri dal luogo in cui viene consumata? Dal punto di vista ambientale la risposta è ovvia. Ma noi sosteniamo che i prodotti locali sono da preferire per altri due motivi oltre al prezzo. Primo: offrono tutte le garanzie sanitarie codificate dall'Unione europea, mentre ad esempio l'aglio cinese, per sopportare meglio il viaggio, viene sottoposto a radiazioni ionizzanti non consentite in Europa. Secondo: nei paesi in via di sviluppo togliere spazio agli alimenti legati alla sussistenza per dedicarlo alle primizie da export porta soldi a pochi e fame a molti".

Scegliere prodotti locali e di stagione (spesa nel mercato del contadino), ridurre al minimo gli imballaggi, fare acquisti di gruppo, recarsi alla spesa riciclando le buste, ottimizzare il consumo di energia nella conservazione e nella preparazione dei cibi, sono, insieme alla raccolta differenziata, alcuni dei comportamenti suggeriti.

Lo stesso premio Nobel per la Pace ed ex vicepresidente Usa Alan Gore nel suo libro "La scomoda verità" ha inserito l'acquisto di cibi locali offerti direttamente dagli agricoltori nell'elenco delle cose da fare per dare una mano a salvare la terra dal surriscaldamento globale tenuto conto che "è stato stimato che un pasto medio percorre più di 1.900 km per camion, nave e/o aeroplano prima di arrivare sulla vostra tavola ed è molto più ragionevole comprare alimenti che non devono fare tutta quella strada" perché "spesso ci vogliono più calorie di energia per portare il pasto al consumatore di quanto il pasto stesso provveda in termini nutrizionali".



Definire il *mercato del contadino* come un mercato del risparmio non è corretto. Il mercato del contadino è un giusto mix tra qualità e convenienza.

Convenienza perché grazie al rapporto diretto tra produttore e consumatore si ha una riduzione della filiera, qualità e tracciabilità perché il consumatore sa con certezza da chi acquista il prodotto.

Diversi consumatori, al rientro dal mercato, ritengono che non ci sono stati i risparmi che si aspettavano.

E' utile, a questo punto, fare alcune considerazioni:

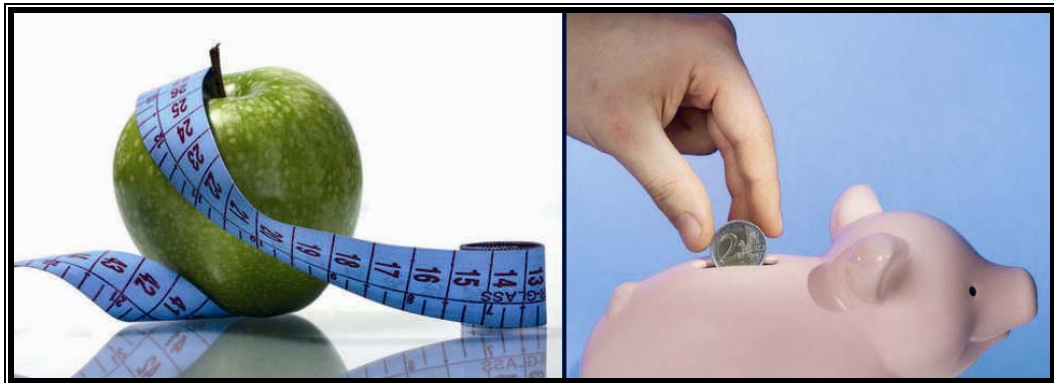
1. I prodotti del contadino sono prodotti di qualità e di garanzia per la sicurezza alimentare. I prodotti infatti, devono riportare nelle etichette il nome dell'azienda e l'origine delle materie prime. La merce proveniente dall'estero subisce, invece, come abbiamo già detto, diversi trattamenti (es. radiazioni ionizzanti), anche non consentiti dalla Unione Europea, al fine di percorrere migliaia di chilometri senza subire alterazioni, per conservarne, almeno apparentemente, le caratteristiche organolettiche. Punto essenziale per una sana alimentazione è mangiare prodotti sicuri; molti problemi di salute sono collegati alla nostra alimentazione.

2. I prodotti del contadino, talvolta, sono prodotti biologici per cui hanno un costo più alto (necessario anche per le dovute certificazioni) rispetto a quelli prodotti con l'agricoltura convenzionale (intensiva).

3. Il confronto tra i prodotti non deve essere fatto tra un prodotto del supermercato venduto sotto costo (poiché è depositato da un mese lì, o perché acquistato dal venditore in quantità considerevoli) ed un prodotto fresco, sano e genuino del contadino. Sicuramente il prezzo del primo sarà minore, ma alla fine sappiamo cosa mangiamo?

Prima di valutare i prezzi bisogna essere a conoscenza della notevole differenza qualitativa tra i prodotti del contadino e quelli della grande distribuzione. Studi recenti evidenziano come i prodotti "commerciali" sono qualitativamente inferiori di almeno il 50% in quanto al contenuto in vitamine e sali minerali.

Mangiar sano risparmiando



E' possibile combattere il caro prezzi degli alimenti facendo acquisti di prodotti a "chilometri zero" che non subiscono troppe intermediazioni e non devono percorrere lunghe distanze prima di giungere sulle tavole subendo i rincari dei costi di trasporto dovuti al caro petrolio o a una filiera troppo estesa. E' quanto stima la Coldiretti nel sottolineare che privilegiando l'acquisto di prodotti locali e di stagione si può risparmiare oltre cento euro al mese rispetto ai 467 Euro che ogni famiglia destina mensilmente in media all'acquisto di alimenti e bevande al mese. Facendo acquisti direttamente nella quasi 50mila imprese agricole nazionali che vendono frutta, formaggi, vino, olio e salumi e altre specialità alimentari è possibile ridurre di un terzo il costo della spesa mentre il latte fresco è disponibile ad un prezzo ridotto di oltre il 30 per cento in uno delle centinaia di distributori automatici sparsi su tutto il territorio la cui lista è consultabile sul sito www.coldiretti.it.

Una opportunità viene anche dai mercati all'ingrosso che sono aperti in orari specifici anche al pubblico dove le offerte sono a corpo (cassette) e sono più appetibili se effettuate per acquisti collettivi di più famiglie. Peraltro in Italia è nata grazie alla Coldiretti la prima rete di locali a chilometri zero che offrono prodotti del territorio che non devono percorrere lunghe distanze prima di giungere in tavola. Il progetto a "chilometri zero" ha l'obiettivo di far riconoscere quei locali (ristoranti, osterie, gelaterie) che utilizzano prodotti del territorio (vino, olio, salumi, formaggi, latte, frutta, verdura e fiori) acquistati direttamente dalle imprese agricole.

Adotta una mucca e prodotti a km zero dal produttore al consumatore



"**Adotta una mucca**", ideato e organizzato dall'**APT Valsugana** (ma già presente, ormai, anche in altre regioni), è un'iniziativa che mira a far conoscere e valorizzare le malghe e i prodotti caseari della Valsugana e del Lagorai. I malgari della Valsugana e del Lagorai, alcuni anni fa, si sono trovati di fronte a un bivio: rinunciare agli alpeggi estivi in quota, ormai costosi e troppo distanti dai moderni criteri di allevamento, o chiedere aiuto. Da qui l'idea di un progetto che propone insieme un approccio educativo alla montagna, all'ambiente e alla tradizione casearia d'alta quota.

Per aderire al progetto si può consultare il depliant o visitare il sito dell'APT www.visitvalsugana.net da dove è possibile **scegliere una delle 140 mucche** – ognuna dotata di foto e nome – e con un contributo minimo di

60 euro, procedere con l'adozione; 50 euro vanno alla malga per il mantenimento estivo della mucca adottata. Durante il periodo dell'alpeggio la famiglia adottante avrà diritto di andare in malga, esibire il **certificato di adozione**, e ritirare **prodotti caseari per un valore di 50 euro** (gli altri 10 euro vengono destinati a progetti di beneficenza).

Attualmente il progetto "adotta una mucca" si arricchisce, grazie alla collaborazione della **Strada del Vino e dei Sapori Trento e Valsugana**, di un'ampia sezione dedicata ai punti vendita (negozi o az. agricole) di **prodotti a chilometri zero**.

La moda dell'adozione a distanza non si ferma però alle sole mucche. E' stato stimato che ben 10.000 italiani (il numero è in continua crescita) possiedono in "affido a distanza" una mucca, una capra, un asino, un maiale e perfino una o più galline senza avere neppure un metro di terreno né un pollaio o una stalle nel cortile.

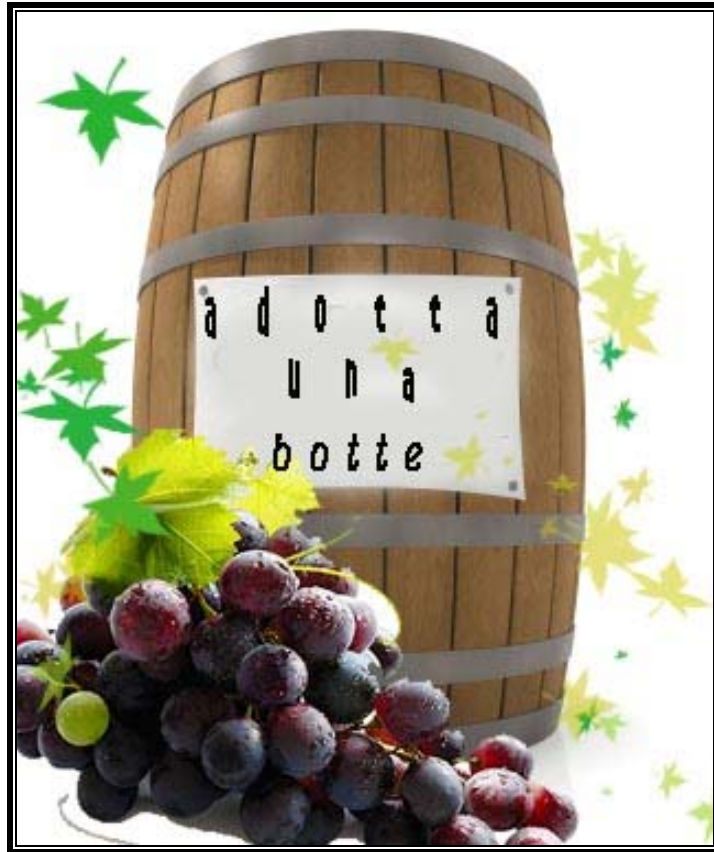
È l'adozione a distanza degli animali da fattoria, che in alcuni casi sta aiutando interi settori - come l'allevamento allo stato semi-libero di pecore e capre - a sopravvivere a forme più redditizie e razionali. Per tutti rappresenta un modo di tornare alla natura, la sensazione, magari illusoria, di aiutare da lontano un altro essere vivente che in cambio fornisce latte, uova e perfino lana ancora grezza.

Mario Patteri, un agricoltore di Marreri, vicino a Nuoro si deve l'idea della gallina in affido (*Vera Schiavazzi*, Repubblica.it – Ambiente, del 24.10.2009), che mette insieme la nostalgia per le aie di una volta con l'esigenza di risparmiare: *"La crisi ci sta facendo chiudere, neppure le produzioni biologiche bastano più a guadagnare quel tanto che basta per andare avanti. Io ho già 50 galline e le allevo come si deve. Ho pensato che potevo tenere a pensione anche quelle degli altri: chi vuole ne compra una o più, pagando 5,5 euro, e per otto mesi riceve da me sei uova alla settimana. Lui risparmia, io guadagno qualcosa e le uova sono molto più buone di quelle dei negozi"*.

A Verbania in Piemonte, invece, sempre secondo lo stesso articolo, è possibile adottare asinelle nane, animali da compagnia meravigliosi per bambini e non. Vittorino, Pier, Loris, Azzurra e Francesco sono cinque giovani allevatori che fanno qualcosa di simile in Valsesia, nel Vercellese: la famiglia Muretto riceve le quote (40 euro a mucca, ognuna con la sua carta di identità) e aspetta alla fattoria chi vuol ritirare burro, ricotta e latte e far vivere ai suoi bambini incontri ravvicinati con gli animali. E in Abruzzo "La porta dei parchi" offre in adozione agnelli e pecore con due diverse opzioni: chi vuole, può ricevere la carne, ma gli animalisti, i vegetariani o chi si è affezionato nel frattempo, possono convertire il loro arrosto con olio, miele e marmellate.

Adotta una botte

Adottare una Barrique e trasformarsi da turista-consumatore, in vero produttore di vino di qualità.



Grazie a questa iniziativa, chiunque abbia a disposizione un piccolo budget e tanta passione per il buon bere, può recarsi in azienda durante il periodo della vendemmia, scegliere l'uvaggio che ritiene più adeguato ai propri gusti, seguire da vicino le fasi della fermentazione, e poi poter offrire agli amici una bottiglia del **proprio vino**. Sono oramai molte le aziende vitivinicole, anche delle zone più rinomate tra quelle a vocazione vitivinicole, ad offrire agli appassionati, la possibilità di adottare una botte di vino, che rimarrà nella cantina dell'azienda ma che periodicamente potrà essere visitata dall'acquirente e dai propri amici, proprio come si farebbe se si disponesse di una propria enoteca. Merita una particolare segnalazione la Tenuta Valdipatta di Montepulciano (Siena), una delle aziende che più si è distinta in questo tipo particolare di iniziativa.

Con l'iniziativa "Adotta una vigna" anche Coldiretti lancia il "vino fai da te". Da oggi il mondo dei wine lovers ha una possibilità in più. Per i tanti appassionati di vino che sognano un podere e non possono permetterselo, arriva la proposta di Coldiretti: il progetto ["Atelier del Vino: il tuo vino su misura"](#). Con una quota di 480 euro si ha l'opportunità di avere in "adozione" una porzione di vigneto di circa 120 metri quadrati. Si potrà scegliere il vitigno da cui produrre, seguire tutto il percorso del proprio vino, dalla coltura, alla vendemmia, all'imbottigliamento e invecchiamento, fino all'etichettatura personalizzata.

Dal vino all'olio il passo è breve.



Le aziende olivicole offrono agli amanti dell'extravergine la possibilità di adottare una pianta di ulivo e di ricevere a casa, a raccolto avvenuto, l'olio che l'albero ha prodotto.

L'iniziativa vuole contribuire a promuovere la cultura dell'olio extravergine di oliva di alta qualità, offrendo un'informazione seria ed approfondita sulla produzione e sulle modalità di degustazione e di impiego

dell'olio. Il Silene offre agli amanti dell'extravergine toscano la possibilità di adottare una pianta di ulivo di olivastra di Seggiano

Il progetto vuole coinvolgere in maniera diretta i consumatori nel processo produttivo, permettendo di monitorare costantemente il ciclo di vita e di lavorazione dell'albero adottato e di essere sempre informati circa il suo stato di salute ed attività

Nel corso dell'anno, l'adottante riceve periodicamente attraverso la newsletter tutte le informazioni relative al ciclo di vita della pianta e alla sua cura e lavorazione nel tempo (fioritura, potatura, lavorazione del terreno, stadio di maturazione delle olive etc.).

Dopo la raccolta e la lavorazione delle olive, l'olio estratto viene messo in botte per conferire equilibrio e maturazione e, solamente alla fine di dicembre, viene recapitato all'adottante.

Durante tutta la durata del rapporto, viene inoltre offerta la possibilità di visitare la propria pianta di ulivo e di usufruire di una visita guidata al frantoio (previo avviso di due settimane). Su richiesta, è possibile partecipare alla raccolta delle proprie olive ed assistere a tutte le fasi di frangitura.

Inoltre, periodicamente l'azienda comunicherà agli adottanti il risultato delle analisi chimiche effettuate sull'extravergine, riportando così le variazioni delle proprietà organolettiche a garanzia della massima trasparenza sulla qualità del prodotto consumato.

Adottare un orto in presenza o anche a distanza



Aziende, ma anche enti pubblici (comuni, ecc.) offrono la possibilità, a chiunque, di praticare l'orticoltura. In alcuni centri è possibile farsi assegnare una piccola porzione di terreno dove coltivare i prodotti ortivi da destinare al consumo familiare.

Ad Azzanello (Pordenone) hanno realizzato piccoli appezzamenti destinati a diventare degli orti familiari. Ciascun orto è costituito da 5 aiuole, nelle quali vengono seminati e trapiantati pomodori, peperoni, cetrioli, zucchine, fagiolini, insalata e varie piante aromatiche. Gli appezzamenti vengono curati dai soci lavoratori della Cooperativa Sociale A.R.C.A., disabili e non, che fanno parte del Distretto rurale di economia solidale patrocinato dalla Provincia di Pordenone e dal Comune di Pasiano. Vogliono creare e sviluppare delle reti di reciprocità solidale tra territorio, mondo del volontariato, aziende locali per il rilancio di un'idea di benessere sociale a beneficio delle fasce sociali più deboli. L'orto viene curato secondo la vecchia tradizione di queste terre, recuperando la fertilità naturale del suolo senza concimazioni e diserbanti aggressivi, né trattamenti antiparassitari, seguendo un metodo biologico certificato.

L'adozione a distanza funziona anche per gli orti. Si sceglie la dimensione in base alla composizione del nucleo familiare o del gruppo, abbiamo ad esempio uffici e anche aziende. Poi si selezionano le verdure scegliendo da una lista di prodotti proposti dall'azienda. Le aziende che gestiscono questo

particolare tipo di servizio, quasi sempre puntano le loro attenzioni produttive alla salvaguardia dell'ambiente, prediligendo l'utilizzo esclusivo di concimi naturali, l'irrigazione a goccia per risparmiare acqua, il controllo delle erbe infestanti tramite la pacciamatura con teli biodegradabili, e altre pratiche produttive a basso impatto ambientale.

Questi progetti di coltivazione agricola a consumo diretto, sono quasi sempre direttamente legate alle potenzialità offerte dalla comunicazione digitale, che diventa lo strumento per gestire l'autoproduzione e ritornare alle vecchie tradizioni precluse a chi vive nelle zone urbane. Un connubio virtuoso tra innovazione e tradizione, connubio che si sta consolidando anche in molte altre realtà.

Il rispetto della stagionalità delle verdure e la consapevolezza che il consumo di alimenti di stagione contribuisce a potenziare il sistema immunitario rappresentano alcuni dei principi cardine che animano la Fife Diet. Fife è una regione della Scozia situata a Nord di Edimburgo dove da qualche anno si promuove il consumo local principalmente per ridurre l'inquinamento tra le cause dei cambiamenti climatici. Un progetto pionieristico che incoraggia le persone a utilizzare solo i prodotti che provengono dalle zone limitrofe. La catena di approvvigionamento diventa più corta e in tal modo si riesce a mangiare meglio e a risparmiare denaro.

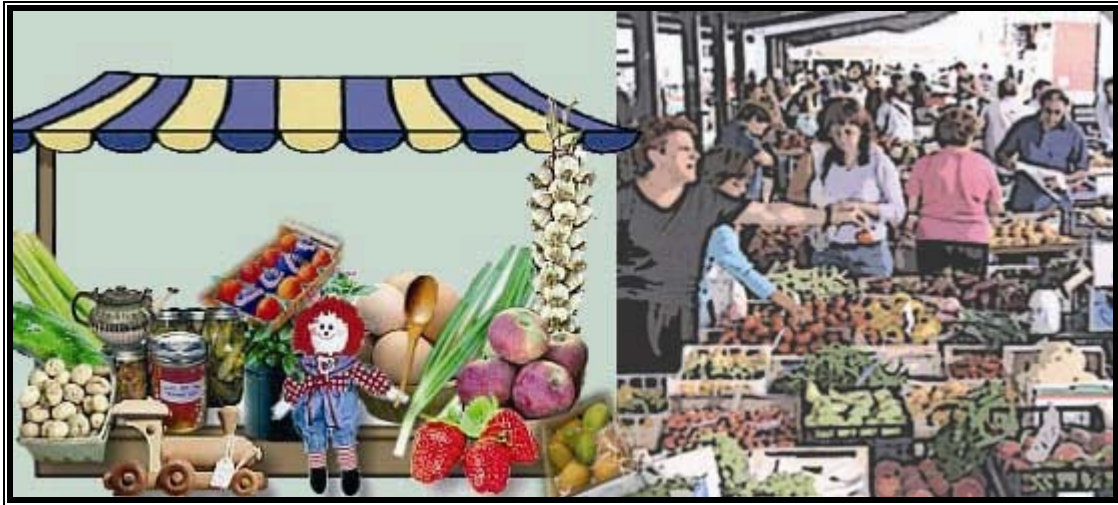
Per mettere in contatto produttore e consumatore si sta già lavorando allo sviluppo di un software per cellulare che permetterà di trovare i più vicini fornitori e creare una rete di punti vendita di prodotti locali nei centri urbani. Il progetto funziona tanto che in un anno dai 14 soci che hanno fondato la rete si è passati a 600. Interessante come questo progetto abbia influito anche sulla morfologia sociale dell'area, numerose famiglie per seguire questo nuovo stile di vita, si sono definitivamente stabilite nel Fife.

Ma questo tipo di esperienza si moltiplica. Negli Stati Uniti, il termine "locavore" indica quelle persone che si nutrono solo di alimenti di provenienza locale, mentre in Canada e in Australia sono attivi i "100-mile diet", persone

che cercano di mangiare il cibo che proviene da un raggio di non oltre 100 miglia dalla loro abitazione.

Tutti i nuovi dieters garantiscono che il nuovo regime alimentare non solo fa bene all'ambiente e al portafoglio ma anche alla linea. Sicuramente a ridosso dell'estate non guasta perdere un po' di peso grazie al taglio degli zuccheri massicciamente presenti nei prodotti alimentari trasformati.

Farmer's Market



Farmer's Market sono mercati agricoli a vendita diretta, nei quali i produttori vendono direttamente ai cittadini senza nessuna intermediazione.

Le prerogative essenziali del Farmer's Market sono :

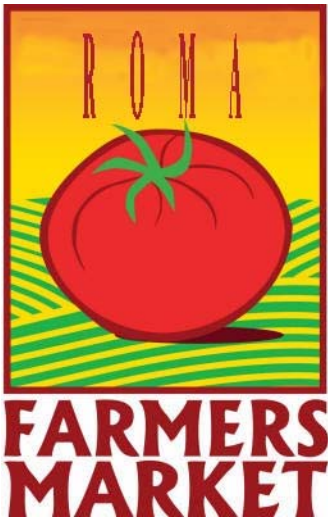
- **Assoluta stagionalità del prodotto;**
- **Opzione a Km 0** con il quale si stabilisce che il prodotto deve essere venduto ad una distanza minima dal suo luogo di produzione.
- **La filiera corta:** eliminando tutte le fasi intermedie tra il produttore e il consumatore.

Il rispetto di queste tre caratteristiche garantisce la tipicità e l'elevata qualità dei prodotti offerti all'interno del Farmer's Market e contemporaneamente il contenimento dei costi per la spesa del cittadino.

Diverse città italiane hanno intrapreso questa strategia commerciale, grazie alle motivazioni di base di questa tipologia di vendita.

La Regione Veneto è stata la prima a legiferare su questa tematica tramite la Legge regionale n. 7 del 25 luglio 2008, che punta a valorizzare le produzioni di qualità locali e stagionali. La giunta regionale ha voluto esprimere la volontà di un cambiamento negli stili di vita, che metta al primo posto non il consumismo anonimo ma ciò che ha qualità intrinseche riconosciute, frutto della "prossimità", della professionalità degli imprenditori, di un efficace sistema di

controllo, accogliendo le richieste di tutte le categorie che operano nel settore agricolo.



Anche nella città di Roma, l'amministrazione capitolina ha previsto l'istituzione di Farmer's Market e, dopo le prime esperienze temporanee degli anni precedenti, da domenica 28 febbraio 2010, presso l'ex mattatoio di Testaccio è stato istituito un mercato agricolo a vendita diretta, aperto tutti i fine settimana. L'amministrazione comunale ha in programma l'apertura di altre tre sedi di questa tipologia di mercati, dislocati nelle diverse zone della città, al fine di incrementare la partecipazione dei cittadini.

Le associazioni di categoria del comparto agricolo hanno ben accolto l'iniziativa con un aumento del fatturato degli agricoltori e un guadagno degli acquirenti che trovano prodotti a buon mercato e di buona qualità grazie all'eliminazione dei passaggi tra intermediari.



L'Istituto Tecnico Agrario "Emilio Sereni", operante nella zona Est della capitale, è un esempio di azienda agricola che ha deciso di adottare "l'opzione a Km 0" per la vendita delle produzioni ricavate dalle esercitazioni con gli studenti. La scuola, con questa iniziativa, intende promuovere la qualità del

vino, dell'olio extra vergine di oliva, del miele, del formaggio, della birra e dei prodotti ortofrutticoli, contenendo i costi e tutelando l'ambiente. In alcuni periodi dell'anno come in quello natalizio, presso la sede dell'istituto viene organizzato un mercatino di prodotti biologici, in quanto l'azienda agricola dell'Istituto, è certificata alla coltivazione biologica. Da questo anno sono stati coinvolti altri produttori locali, organizzandosi così in Farmer's Market.