



Io in Cucina

Discepolo di un Sogno

Collana "Il Fiorile"

“Io in Cucina”

di Massimo Martina

Redattore: Emanuela Moro Martina

Illustrazioni: Massimo Martina

© 2016 www.ilfiorile.com - Tutti i diritti sono riservati

Nessuna parte del libro può essere riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi, fotocopie, microfilm, elettronico o altro, senza il permesso scritto dell'autore.

Questo libro è prodotto dallo chef Massimo Martina

www.massimomartina.com



Finito di stampare nel dicembre 2016 in Italia, tiratura limitata di 1.000 copie.

Stampato su carta ecologica in parte riciclata e non sbiancata con l'utilizzo di cloro.



*Messaggi per confortare cuochi e aspiranti cuochi,
magari un po' disorientati, e per incoraggiare
chiunque voglia cimentarsi dietro ai fornelli.*

Intro

Questi pensieri li scrivo nel mezzo del cammin della mia vita e non a caso sono giusto cinquanta aforismi sulla cucina. Cinquanta messaggi scritti per condividere la mia esperienza di cucina a beneficio di tutti quegli uomini e donne che come me, respirano creatività, gioia e amore per i fornelli. Non sono uno scrittore e scrivere mi imbarazza, però ho bisogno di comunicarmi ed è così che ci provo, attraverso le frasi che seguono, dove, pur dimostrando tutta la mia inadeguatezza nella scrittura, tento di esprimere qualcosa che parla molto di me.

Non sono e non mi sento arrivato da nessuna parte ma cinquant'anni sono un traguardo di tutto rispetto e l'esperienza fatta fino ad oggi, in cucina, merita di essere comunicata. Fatto questo, potrò dedicare più tempo alla ricerca di una medicina che mi consenta di non morire. Nel frattempo, mi metto in gioco. Come i bambini che hanno smania di sapere subito come va a finire, anch'io comincio sempre dalla fine!

1. Tieni il sale in ogni angolo della tua cucina, se provi ricette nuove e non hai il sale a portata di mano, rischi di dimenticartene.
2. La fretta è nemica della buona cucina.
3. Ci sono momenti in cucina in cui l'unica alternativa è inventare.
4. Condivido appieno la filosofia orientale: siamo ciò che mangiamo.
5. Il cibo più buono è quello che ti preparano gli altri.



6. I piatti poveri - la zuppa, il minestrone - sono quelli che ti fanno sentire più ricco.

7. Cos'è che differenzia le varie cucine nel mondo? Gli ingredienti, ma non solo! Anche le tecniche di cottura, la diversa disponibilità di materie prime, il tempo che si dedica a cucinare. Ogni popolo ha una sua cultura, un suo stile, una propria identità di cucina.

8. È sempre dall'incontro e dall'integrazione dalle diverse culture culinarie, che nascono le opportunità.



9. Io sono affezionato alla materia prima che caratterizza ogni territorio. Se sposti e consumi la materia prima di un territorio in un altro luogo, quel cibo non avrà più lo stesso sapore.

10. Credi nelle tue capacità oppure evita di cucinare. Intraprendenza e paura di fare non possono coesistere.
11. Inventi pure abbinamenti e accostamenti di sapori azzardati ma fallo con entusiasmo!
12. Se vuoi sperare di riuscire a preparare qualcosa di buono pensa di farlo per qualcuno a cui vuoi bene.
13. La cucina è gioco e creatività.
14. Non avere fretta di fare progressi in cucina, le cose arrivano con il tempo.



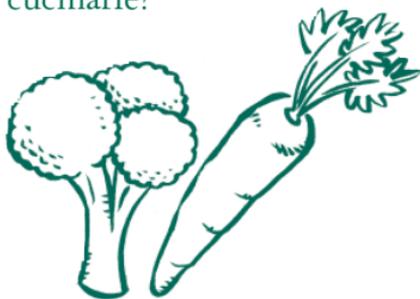
15. Per avere successo dietro ai fornelli bisogna passare attraverso molti insuccessi: non preoccupatevi, quella è la strada giusta.

16. Se vi trovate in un luogo turistico ed entrate in un ristorante, diffidate del “piatto del giorno”, dietro c'è sempre l'esigenza di ottimizzare le risorse della cambusa, spesso a scapito della qualità.

17. Cucinare fa parte dell'arte di comunicare. Non c'è niente di più bello che comunicare attraverso la cucina.

18. Il vero cuoco è una persona che sa **dare** attraverso i suoi piatti.

19. Non avere fretta di fare progressi in cucina, le cose arrivano con il tempo. Allenati sempre a riconoscere i sapori e gli odori, del cibo, delle spezie, delle erbe. Se non sai riconoscere le materie prime, come puoi pretendere di cucinarle?



20. Mamma: «*Massimo se devi preparare qualcosa da mangiare, fallo bene!*»

Io (dopo tanti anni): «*Avevi ragione!*»

21. Oggi si mangia per il piacere e non più per la fame. Chi cucina, deve soddisfare quella richiesta di piacere e non la fame.

22. In cucina, se non vuoi avere troppi problemi con i condimenti, usa l'olio. Se vuoi risolvere i problemi, usa l'olio.

23. Gli utensili di cucina più importanti sono le tue braccia e le tue mani. Tutta la tecnologia va usata con parsimonia.



24. Il tuo piatto risulterà tanto disgustoso a seconda di quante volte userai un cutter elettrico.

25. Eseguire una ricetta difficile è come affrontare una regata in mare aperto: bisogna decidere quali vele issare a seconda di come tira il vento.

26. Un cuoco che è capace di fare la pasta a mano è un uomo affascinante; una donna pure!

27. Se non c'è il pane non val la pena nemmeno di sedersi a tavola.



28. Se la materia prima è di ottima qualità è meglio non lavorarla troppo, si rischia soltanto di fare danni.

29. Assaggia spesso mentre cucini e dopo, bevi un bicchiere d'acqua, così sarai sempre pronto all'assaggio successivo.

30. La mise en place di un piatto è importante ma è più importante che il piatto sia buono.

31. Tutti i sensi sono coinvolti quando si mangia: gusto, olfatto, vista, tatto, udito. Io ad esempio, annuso sempre il cibo prima di assaggiarlo e adoro mangiare con le mani.

32. L'arte del cucinare, nei secoli è sempre stata tramandata dai genitori ai figli. Oggi purtroppo, questa conoscenza, si va perdendo. Le ragazze degli anni 2000 sanno fare il tè con la bustina? E nel 2050, cosa sapranno tramandare?



33. Per un uomo è molto importante saper cucinare. Le donne, dovendo scegliere, preferiscono un uomo che sappia cucinare perché l'amore passa ma la fame no.

34. Cos'è che differenzia tutti noi esseri umani? La faccia, ma non solo! Anche la voce, la stazza e anche il gusto; sì perché ognuno ha i suoi gusti, c'è chi adora il pesce, chi preferisce la carne, chi mangia soltanto verdura, chi è intollerante, chi fa la dieta ma ogni essere vivente deve nutrirsi per sopravvivere.

35. Chi non mangia, muore! Chi mangia con gusto, nutre e soddisfa il corpo e anche la mente.

36. Se fai una cucina spettacolo, in molti ti vedono ma non è detto che tutti ti apprezzino. Se fai cucina "per pochi" assicurati che il tuo sia un hobby e non un mestiere di cui vivere. Se cucini e basta, tutti coloro che apprezzano il tuo lavoro, chiederanno di te.

37. Mentre cucini è fondamentale concentrarsi sull'espressione di "chi sei tu" veramente e su quello che vorresti veramente vedere nel piatto!

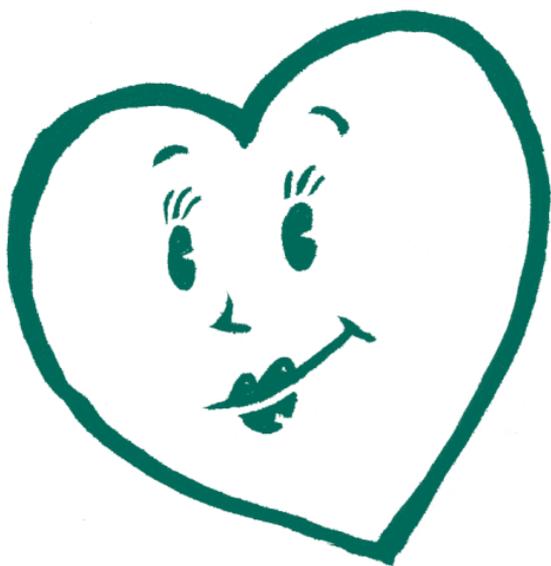


38. Chi cucina sbaglia, è normale. Non aver paura di riconoscere di aver sbagliato, l'umiltà è una delle virtù più potenti.

39. Ogni cuoco incontrato nel mio peregrinare tra le cucine sparse per il mondo, sapeva fare qualcosa di più (e meglio) di me: ho imparato molto da decine di quegli incontri.

40. Il mio vivere la cucina mi fa sentire discepolo di un sogno: finché avrò quel sogno nel cuore non perderò mai il senso di ciò che faccio.

41. Quando mangi bene, rimane sempre un po' di languore e di voglia di buono che non sei riuscito a colmare. Succede la stessa cosa quando sei innamorato: del buon cibo, ci si innamora!



42. La perfezione secondo me non esiste, tuttavia è sicuro che se cucinate qualcosa che appare bello, che si presenta con un buon profumo e che, alla fine, risulta essere anche buono, alla perfezione ci siete andati molto vicino.



43. È opinione diffusa che virtuoso del cibo sia colui che è in grado di praticare l'autocontrollo e l'astinenza. Astenersi dal mangiare o dal bere a mio avviso non rappresentano una virtù speciale, piuttosto, saper mangiare o bere bene credo siano alta espressione di sapienza e conoscenza.

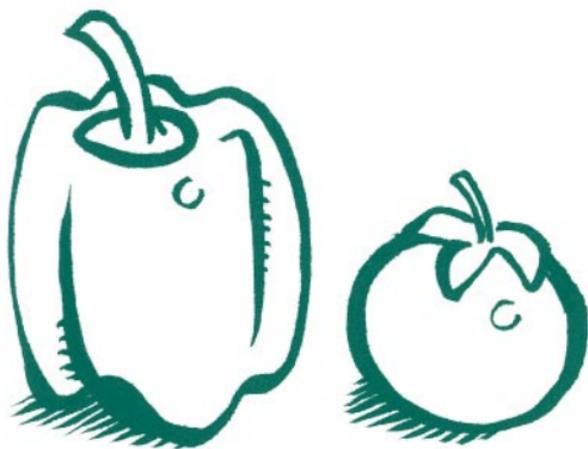
44. Nella comune coscienza collettiva, mangiare è meglio che cucinare. Mentre chi è appassionato di cucina e sa che impastando uova, zucchero e farina, viene fuori sicuramente qualcosa di buono, per lui vale molto di più il contrario.



45. Cucinare significa esprimere creatività, coraggio e, più di tutto, diventa un atto d'amore. Quando cucinate pensate spesso di farlo per qualcuno a cui volete bene, altrimenti rischiate solo di fare da mangiare.

46. Cucinare ci mette allo scoperto e rivela la parte più intima di chi noi siamo veramente. Creiamo con l'acqua, il fuoco e l'aria e fino a che punto conosciamo la madre terra.

47. Il cuoco non può essere schiavo di un libro di ricette, deve poter eseguire una stessa ricetta in dieci modi diversi, significa che riesce ad esprimere una sua creatività. Non bisogna essere scontati e nemmeno troppo banali, permettete a chi assaggia il vostro piatto, la possibilità di comprendere la vostra personale filosofia di cucina.



48. Per cucinare ci vuole entusiasmo. Con l'entusiasmo non si scrive un libro, non si vanga la terra e non si costruisce un robot... però se non hai entusiasmo di sicuro non puoi cucinare bene.

49. L'unione tra materia prima e tecnica di cucina deve essere talmente stretta che il piatto deve sembrare la naturale trasformazione di quella stessa materia prima. Il segreto di questa alchimia risiede nella vibrazione che risuona tra chi cucina e chi consuma il piatto.

50. L'ultimo messaggio di questa serie è una esortazione a viaggiare. Adesso anche io mi metto in viaggio, alla ricerca di uno sciamano che riesca, con una magia, a non farmi invecchiare più. Se la magia non dovesse funzionare, vorrò almeno vedere qualcuno di voi cucinare con la curiosità dei bambini, che hanno sempre fame di qualcosa di nuovo.

Ringraziamenti

A Carolina e Margherita che sono il mio personale motivo per aprire gli occhi, ogni mattina.

A Emanuela che mi sta accanto con sacrificio e nonostante questo continua ad esserci.

È incredibile come una cosa “semplice” come la Famiglia possa diventare un vero e proprio progetto di vita sulla terra!

Uno pensa sempre di sapere cosa sta accadendo e invece eccomi qua, a vivere una vita che ogni giorno mostra di sé una faccia che non avevo previsto, per non parlare di quel che accadrà domani, che non riesco proprio ad immaginare.

Bye

Max



Massimo Martina nasce a Torino cinquant'anni fa da mamma Franca e papà Salvatore (che ha allenato in questi anni ad aspettarsi sempre qualche novità).

È un uomo del Sud e precisamente del Salento.

Ha due fratelli, uno più grande, Fabio, e uno più piccolo, Andrea. Vive e lavora a Castel Ratti con la moglie Emanuela e le figlie Margherita e Carolina.

Quindici anni fa Massimo ha scritto il suo primo “libercolo” dal titolo “Cucinare non è difficile”, seguito da “Complimenti alla Cucina”, ora disponibili in eBook.

Al Fiorile

R I S T O R A N T E

Via XXV Aprile, 6 - Fraz. Castel Ratti - Borghetto Borbera (AL)
Tel. 0143 697303 - www.ilfiorile.com