

Meglio il palmo del palmare. Lo dice il medico

di Benny Casadei Lucchi

vivovintage

Il volume delle voci dietro la porta era leggermente aumentato. Segno che le due persone stavano per salutarsi. Il paziente uscì dopo che il prologo di voci s'ammutolì. Salutò noi altri in salad'attesa e se ne andò. Il luminare pronunciò il mio cognome ed entrò. Il luminare, perché quando si sborsano centinaia di euro per una visita medica è meglio illudersi di farlo per un luminare e non un semplice specialista, ecco, il luminare mi chiese del proble-

ma. «Mi fa male la base del polso...» risposi, «all'attaccatura della mano, dove inizia l'articolazione del pollice».

Mi ero preparato. Sapevo che da lì a poco avrebbe implacabilmente smontato hobby, sport, passatempi del mio vivere vintage e alla natura. Avrebbe detto che no, non era più il caso di curare le aiuole del giardino strappando a mano le fottutissime erbacce che tutte le volte rovinano l'effetto cromatico. Avrebbe detto che no, la dovevo smettere di andare a zonzo in moto come

fossi un ventenne tonico e allenato «perché lei non sa quante vibrazioni arrivano alla sua mano, non sa che ogni volta che prende non solo una buca, ma anche un semplice tombino leggermente in rilievo, sono micro traumi che si trasmettono a polso e dita...». Ero persino preparato a sentirmi dire che «caro signore, la smetta di schiacciare le dita come un adolescente» e a ribattere infantilmente lamentoso «però mi piace e lo faccio solo a volte perché lo schiocco di nocche è la sigaretta che non fumo». Ero addirittura

pronto, e vista la recente passione sarebbe stato il dolore più grande, ero pronto all'imposizione del veto assoluto al golf perché «uno swing che s'inceppa sull'erba è devastante per l'articolazione». Invece...

Invece il luminare si comportò da luminare. Rimase in silenzio controllandomi pollice e mano e polso, poi domandò sicuro: «Lei usa il palmare touch screen da poco vero?». Da un mese, prima volta della vita, mai fatto prima, giurino giuretta. Lui alzò e abbassò il mento come a dire lo sapevo e aggiunse solo: «Colpa del movimento del pollice sul display per far scorrere le pagine sullo schermo... Accade a molti. Provi a vivere in modo meno tecnologico...». Io?

• SPAZIO AL TEMPO

di Giampiero Negretti

Ecco gli orologi per lui, per lei e per chi ama il made in Germany

UN CLASSICO RIVISITATO



Tra i modelli eleganti, tra i più longevi e famosi c'è sicuramente il Reverso della Jaeger-LeCoultre che ora è disponibile anche in una versione con una piccola complicazione: il calendario completo. L'orologio indica il giorno, il mese e le fasi lunari. In acciaio o in oro rosa, il modello ha la tradizionale cassa (48,5 per 29,5 mm) che ruota su se stessa, così da mettere al riparo il quadrante. Con il cinturino in pelle, le due versioni costano 9.500 e 16.900 euro.

FESTA DELLA MAMMA



Per la ricorrenza la Tissot propone il T-Wave Round, un modello femminile progettato con l'idea di farne un dono di pregio dal prezzo abbordabile. Dalla linea morbida e sinuosa, l'orologio ha un quadrante in madreperla, estremamente pulito e protetto da un vetro antigraffio, sul quale risaltano i quattro indici e le lancette, sempre in acciaio e stilizzati a forma di petalo di fiore. Ha movimento al quarzo e resiste all'acqua fino a 30 metri, il T-Wave ha cassa in acciaio lucido ed è corredato da un cinturino in pelle con chiusura a farfalla. 230 euro.

EDIZIONE LIMITATA



Disponibile in due misure di cassa, di 45 e 48 mm di diametro, il Ceo Pilot della nuova collezione Swiss Made della Tw Steel. La cassa è realizzata in acciaio poi sottoposta a trattamento di placcatura in oro rosa, mentre sul quadrante, con il fondo di colore blu e lavorazione a raggi di sole, spiccano grandi numeri arabi bianchi. Dotato di vetro zaffiro e di movimento svizzero al quarzo, l'orologio è realizzato in edizione limitata di 500 esemplari per ognuna delle due misure e viene proposto, rispettivamente, a 399 e a 429 euro.

LA GRANDE OROLOGERIA TEDESCA

È ora disponibile anche in italiano e in inglese il libro «A. Lange & Söhne - Prestigiosi segni tempo della Sassonia» scritto da Reinhard Meis. Frutto di 8 anni di lavoro e presentato in tedesco nel 2011, il libro si compone di due volumi (per un totale di 916 pagine con 2.700 immagini) e illustra la storia di questa manifattura fondata a metà del 1800, cresciuta fino a diventare una grande realtà nel settore, espropriata quando la Germania era divisa e rinata pochi anni addietro collocandosi nuovamente a livelli di eccellenza assoluta. L'editore è Callwey di Monaco di Baviera e il prezzo è di 298 euro.



SALUTE Rossella Canevari, organizzatrice dell'evento, con Lorenzo Cogo

IL LIBRO

Meno peso e più salute: ecco i segreti della Tisanoreica

«Non sono a Dieta, sono in Tisanoreica» è il nuovo libro di Guanluca Mech in cui - oltre alla Dieta Tisanoreica - vengono spiegati in maniera semplice e divulgativa i principi dell'alimentazione fondamentali per una vita sana; l'esperienza della Dieta Tisanoreica e della Decottopia come vie primarie verso il dimagrimento, la salute e la bellezza, e gli studi più avanzati nel campo della genetica applicata all'alimentazione (nutrigenetica). Un'opera omnia che racchiude la filosofia di fondo dell'imprenditore/divulgatore vicentino: rendere comprensibili i meccanismi del dimagrimento a chi sceglie di prendersi cura di sé, in modo da poter diventare il primo partner consapevole, del medico che lo seguirà nella dieta.



A TAVOLA Da oggi al 20 maggio al Museo della Scienza di Milano

Quando lo sport ispira lo chef i ravioli diventano anti-doping

In mostra i lavori di cuochi e artisti dedicati alle Olimpiadi. Nel menu anche un piatto con tartufo e aminoacidi che aiuta a resistere alla fatica

LA RICETTA

Il primo che aumenta le difese

Ingredienti Cipolla, piselli e patate per il consommé; sale e aceto alla menta; aminoacidi: glicina, alanina, taurina, creatina e glutammina; bicarbonato per permettere la reazione di Maillard; estratti di funghi: shitake, maitake, reishi, champignon del sole, cordyceps, hericium erinaceus; alginate; acqua e calcio; tartufo nero a scaglie.

Per il consommé Frullare la purea di piselli, cipolla e patate, mettere nell'abbattitore di temperatura e lasciar scongelare in modo da ottenere una chiarificazione, aggiungere sale e aceto alla menta.

Preparazione Caramellizzare gli aminoacidi, metterli in un padellino e aggiungere bicarbonato, quindi i concentrati naturali di funghi che proteggono il sistema immunitario. Ultima fase è la sferificazione del composto al quale verrà aggiunto l'alginate. Congelare in stampi creando delle sfere che verranno cotte nel consommé di piselli.

Lo sport è un'arte. Ma lo è anche il cibo, specie se stellato. Se il primo verrà celebrato alle Olimpiadi, l'alimentazione è pietra angolare del nostro vivere: ha a che fare con la salute e con la povertà di una fetta del Pianeta, per questo sarà al centro di Expo 2015.

Da qui l'idea di presentare al pubblico la mostra «Sport your food», per esaltare da un lato le eccellenze enogastronomiche e dall'altro riflettere sul valore culturale del cibo e dello sport. Cosa vedremo da oggi al 20 maggio al museo della Scienza di Milano? I lavori di cinque coppie formate da chef e artisti: i primi presenteranno una ricetta, i secondi un'opera d'arte su un unico tema.

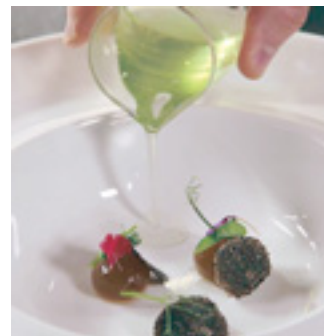
Così lo chef Massimo Bottura dell'osteria Francese di Modena e il fotografo e scultore newyorchese Gregg LeFevre presentano il loro saluto con l'asta. La chef pugliese Cristina Bowerman e il pittore siciliano Fulvio Di Piazza interpretano il lancio del disco. Il giovane Lorenzo Cogo e il fotografo Silvio Giordano si cimentano nei 110 metri a ostacoli. Il portoghese Nuno Mendes e la fotografa Gayle Chong Kwan puntano sul nuoto sincronizzato. Infine, Hooni Kim e il pittore giapponese Shigeru Oyatani si confrontano con il tiro con l'arco. In tutto 10 opere, 5 video e 5 lavori, introdotti dagli ologrammi dei protagonisti che, a grandezza naturale, dialogano fra arte, piatti prelibati e sport. Lorenzo Cogo presenta il «raviolo dell'atleta» ovvero, come

spiega lui stesso, una ricetta denuncia: «Per contrastare il ricorso al doping ho creato un piatto che dal punto di vista nutrizionale ha tutto il necessario per affrontare una competizione». Ecco allora un raviolo liquido di funghi e aminoacidi, servito con tartufo nero a scaglie e consommé di piselli e patate. «Gli aminoacidi, glicina, alanina, taurina, creatina e glutammina sono caramellizzati - illustra Cogo - I primi due fungono da sostegno e da stimolo anabolico, la taurina aumenta il testosterone e la resistenza alla fatica. La creatina serve a trasportare energia».

La mostra, a ingresso gratuito, nasce da un'idea della scrittrice e sceneggiatrice Rossella Canevari in collaborazione con il giornalista gastronomico Paolo Marchi. E rientra nelle iniziative dell'International Migration Art Festival (Imafestival), giunto quest'anno alla seconda edizione e creato anch'esso da Rossella Cane-

vare. «L'intento è quello di promuovere l'arte e i giovani talenti - spiega Canevari - Per questo abbiamo indetto un concorso sul tema "cibo e migrazione", gratuito e aperto ad artisti non conosciuti nei quattro campi: cinema, letteratura, musica e arti visive. Al museo della Scienza presentiamo i lavori di 40 finalisti, quelli dei primi quattro vincitori e dei quattro premispeciali». Gli artisti premiati avranno la possibilità di dimostrare il proprio talento al pubblico internazionale, seguendo Imafestival nella tappa americana e londinese. I vincitori della categoria «film e letteratura» voleranno a New York per gli eventi di metà giugno mentre i due vincitori delle categorie «musica e arti visive» accompagneranno Imafestival a Londra a fine luglio. Le immagini dei giovani fotografi verranno messe in risalto nel corner allestito dallo sponsor Ferrarelle mentre i premi speciali sono stati assegnati dallo sponsor Granapadano. La mostra «Sport your food» viaggerà con i talenti del festival, sarà a New York in giugno e a Londra dal 26 luglio al 2 agosto in concomitanza con le Olimpiadi.

Oggi alle 17, al museo della Scienza (ingresso da via Olona 6) il pubblico potrà assistere gratuitamente alla chiusura del concorso e alla premiazione dei finalisti. Non mancheranno una degustazione di prodotti enogastronomici e uno spettacolo di danza.



RAVIOLIO Firmato Lorenzo Cogo