

TGTOURISM.TV


11 novembre 2018

<https://www.tgtourism.tv/2018/11/funghi-passione-dautunno-71978/>

HOME PAGE

Barcellona. Dopo 133 anni dall'inizio della sua costruzione la Sagrada Familia non sarà più ab...>

novembre 11, 2018



COSA MANGIARE, FOOD NEWS, NEWS, TGT24

FUNGHI, PASSIONE D'AUTUNNO

Camilla Giantomasso

novembre 11, 2018



NEWS, TGT24

**STATI UNITI: NOVEMBRE È IL
NATIVE AMERICAN HERITAGE
MONTH**

Melania Di Clemente

novembre 9, 2018



ARTEGMOSTRE, EVENTI, SLIDER



NATALE, NEWS




TGTOURISM.TV

11 novembre 2018

<https://www.tgtourism.tv/2018/11/funghi-passione-dautunno-71978/>

Funghi, passione d'autunno

Post on: Nov 11, 2018 |  Camilla Giantomasso - | 

 Print



Porcini, chiodini, ovuli, champignon, pioppini e 'mazze di tamburo'. Dal Piemonte alla Sicilia, i funghi, che siano grigliati, gratinati, trifolati, cotti in umido o sottolio, sono per gli chef più rinomati l'ingrediente ideale di ogni piatto della stagione grazie alla loro capacità di adattarsi a diversi sapori e ricette.

TGTOURISM.TV

11 novembre 2018

<https://www.tgtourism.tv/2018/11/funghi-passione-dautunno-71978/>

I funghi poi sono anche un alimento che fa bene alla salute poiché sono ricchi di proteine, fibre e minerali e poveri di zucchero e grassi. A sostenerlo lo studio promosso dal Polli Cooking Lab, l'osservatorio sulle tendenze alimentari dell'azienda toscana Fratelli Polli, attraverso un monitoraggio web su oltre 100 fonti fra testate, magazine, portali, blog e community lifestyle e su un pool di 30 chef sull'alimento protagonista della cucina autunnale.

"I funghi sono tra i componenti più duttili della nostra tradizione culinaria" - afferma Manuela Polli, Communication & Pr Manager di Fratelli Polli - e per questo crediamo che non possano mancare su una tavola d'autunno caratterizzata dai sapori del territorio. Dalle Alpi agli Appennini, li si trovano in grande quantità e, una volta verificata la commestibilità, possono essere preparati in maniera diversa, da sott'olio a cucinati in padella. E' proprio il caso di dire, fungo che hai, piatto che crei".

Dall'antico Egitto a oggi

La passione dei funghi affonda le sue radici ad almeno 6600 anni fa, quando venivano considerati dagli Egizi piante dell'immortalità e cibo da riservare al Faraone. In Europa i funghi ebbero grande fortuna sia tra gli antichi greci, che credevano crescessero dove Zeus scagliava i propri fulmini, sia tra i popoli celti, che pensavano che i cerchi di funghi che a volte crescono spontaneamente nei prati fossero dovuti alle fate.

E se Ippocrate ne sconsigliava il consumo, ritenendo troppo pericoloso rischiare di ingerire funghi velenosi, fu Teofrasto circa 300 anni dopo a cercare di classificarli per primo, dividendoli per forma e cercando di chiarirne la commestibilità. Questo perché già nel lontano passato i funghi erano considerati "la carne dei poveri", sostitutiva di quella vera, molto costosa e spesso inaccessibile ai più.

Oggi sono molto apprezzati in cucina, grazie al loro sapore che si accompagna più o meno facilmente con tutti gli alimenti, permettendo allo chef di sbizzarrirsi ai fornelli.



TGTOURISM.TV

11 novembre 2018

<https://www.tgtourism.tv/2018/11/funghi-passione-dautunno-71978/>

Non solo buoni

Dal punto di vista nutrizionale, poiché contengono circa il 90% di acqua, al loro interno si trovano sali minerali, proteine e vitamine. In particolare vitamina A (Cantharellus cibarius – Amanita caesarea), vitamina C (Fistulina epatica), vitamine B, D, PP e K in diverse specie.

Ottima fonte di fibre, non contengono colesterolo e sono capaci di ridurre i grassi cattivi circolanti nell'organismo. I funghi sono anche ritenuti da secoli come un vero e proprio antibiotico naturale e vengono indicati dalla medicina non convenzionale come un alimento prezioso da assumere durante il cambio di stagione per proteggersi da i malanni autunnali.

