

STORIA DEL CIBO

DOTT.SSA CAROLA CALABRESE

**Chef e fondatrice della T.A.N.O. APS (Tutela, Agricoltura, Natura, Oasi)**

MARTEDI'	OTTOBRE 2024			MARZO 2025		
15.30 – 16.30	8	15	22	11	18	25

*L'Alimentazione e l'Arte*

- Uno sguardo a come i grandi artisti abbiano ritratto ed interpretato scorci di vita quotidiana, mettendo in risalto sia le abitudini alimentari del tempo che il cibo stesso.
- Ricetta della Pasta e Fagioli.

*Il mangiare che cambia - Il pane e la sua identità nel tempo.*

- Il pane, la sua storia e la sua importanza nel corso dei secoli.
- Approfondimento sui grani, lievito madre e sulle differenze con i lieviti in commercio.
- Il pane e i prodotti del forno.
- Preparazione del lievito madre, del pane e sua cottura.

*Tornare a mangiar sano*

- Il consumismo e la consapevolezza del ritorno all'alimentazione sana ed equilibrata.
- Uno sguardo al futuro e alle tecniche gastronomiche ed agricole innovative e sostenibili.
- Le zuppe e le loro grandi, semplici ricchezze.
- La zuppa come "Comfort Food".

*Le intolleranze e le allergie alimentari*

- Come sono cambiate le intolleranze e le allergie alimentari nel corso del tempo.
- Approfondimento sulle nuove procedure consapevoli nel rispetto di chi affronta queste diversità.
- Prodotti senza glutine e confronto con quelli con glutine.

*I dolci della nonna*

- Dolci fatti in casa, un modo semplice per gustare alimenti dolci ma sani e genuini.
- Il valore storico e culturale del dolce in Europa e le influenze di altre culture ed etnie.
- Approfondimenti sul "Castagnaccio" e dolci con frutta secca e senza cottura.



La T.A.N.O. APS nasce nel 2023 per rivalorizzare l'ambiente e le attività umane che derivano dallo studio alla terra, dalla terra all'agricoltura, dall'agricoltura alla cucina e dalla cucina alla tavola.

I progetti dell'associazione T.A.N.O. APS sono stati formulati e realizzati negli Orti Urbani della Fattoria degli Alborgatti a Lucca gestiti dalla

Chef Carola Calabrese e dal figlio Giovanni Terranova con altri collaboratori.