



Slow Food®
Valle dell'Adige e Alto Garda

SLOWZINE

Magazine di informazione e approfondimento della Condotta Slow Food Valle dell'Adige Alto Garda

Nutrire le acque interne: il pesce d'acqua dolce che mangiamo, tra sostenibilità e responsabilità

di Lorenzo Berlendis

Il lago racconta, i suoi pesci parlano... a chi li sa ascoltare.

Metà del pesce che mangiamo, a livello globale, proviene da allevamenti. Supereremo a breve la parità, in favore della piscicoltura. Attività spesso improntata su pratiche atroci nei confronti degli animali, con ricadute pesanti sulla salute nostra e delle acque soprattutto dei mari. Tuttavia, se pur in misura minore, laghi e fiumi non ne sono esenti. I salmoni allevati rappresentano drammaticamente il 'lato oscuro' della moda del sushi... Un attento sguardo ai banconi di supermercati o pescherie restituisce, in modo evidente e immediato, la dimensione del problema del consumo di pesce: poche specie, sempre quelle perché "sono richieste dal cliente", i famigerati trota o branzino 'porzione', in larga parte provenienti, appunto, da acquacoltura. Pesci nutriti con altri pesci. In genere, infatti, si privilegiano i pesci apicali, ovvero che stanno in cima alle catene alimentari. Perciò in un sol colpo incidiamo pesantemente sulle catene trofiche e sulla nostra salute. Alimentandoci di specie apicali ancorché allevate, non facciamo altro che nutrirci di animali in cui le concentrazioni di inquinanti è altissima per effetto della progressiva concentrazione di veleni e microplastiche. Gli studi sul cosiddetto bioaccumulo nella catena alimentare sono poco diffusi, non per questo meno

deflagranti. Un esempio, la concentrazione di DDT in un pesce predatore è oltre 40.000 volte superiore a quella delle acque in cui vive. Quella dei gabbiani che, a loro volta lo predano, lo è di oltre 200 mila volte!

Anche nelle nostre acque, sempre a proposito di equilibrio tra pesci selvatici, allevati o immessi ci confrontiamo con un problema nel problema, quello del ripopolamento ittico.

Il nome è indice, di per sé, di una disfunzione, sintomo di un disequilibrio. Evidente e scontato. Se vogliamo pescare e mangiare pesce dobbiamo immetterlo 'artificialmente'. L'impronta umana sugli ecosistemi, acquatici interni compresi, ha alterato equilibri millenari. Li ha alterati in misura pesantissima e in tempi insignificanti alla luce dei 'cicli temporali della natura', li ha alterati sensibilmente e in tempi insostenibili per gli equilibri intrinseci degli ecosistemi, mettendo a dura prova un'impossi-

bile resilienza, data qualità e quantità dell'intervento umano e perciò della sua impronta ecologica.

Nelle scorse settimane sono apparse sulla stampa, locale e non solo, numerose prese di posizione in merito al tema del ripopolamento ittico di singole specie nel Lago di Garda. Il punto di vista di enti gestori è risultato spesso contrario a quello espresso dagli enti regolatori; quello delle associazioni di pescatori, professionisti e sportivi, opposto vuoi a quello di Regione/Province Autonome, vuoi in altri casi a quello del Ministero competente, il Mipaaf. Mipaaf che è recentemente intervenuto per ammorbidire le norme che vietavano immisioni di specie aliene.

Non sempre nel dibattito entra il tema principe quando si parla di stock ittici, ripopolamenti, ecosistemi acquatici. Tema che va ben al di là delle sorti di un singolo progetto riguardante Alborella, Trota, Coregone-Lavarello o altro.

**L'impronta
umana sugli
ecosistemi,
acquatici interni
compresi, ha
alterato equilibri
millenari**



CONTINUA A PAG. 4

Slowzine n. 11 - giugno 2021

Cari soci e amici,

Slow Fish, la manifestazione dedicata agli ecosistemi legati all'acqua e ai loro abitanti, giunge quest'anno alla sua decima edizione. Con questo numero speciale di Slowzine vogliamo interrogarci sull'importanza degli ecosistemi d'acqua anche nel nostro territorio parlando di biodiversità, della sostenibilità di pesca e allevamento, di emergenze ambientali e delle tradizioni gastronomiche legate al pesce di acqua dolce.

Laghi e fiumi sono da sempre utilizzati per individuare confini di unità politiche e amministrative. Nella sua azione l'uomo ha trasformato in barriere elementi naturali che nella loro essenza sono invece organici e fluidi. Il Garda ci connette e ci lega al Veneto e alla Lombardia obbligandoci a una visione d'insieme, ecosistemica appunto. Il fiume Adige che attraversa la nostra provincia ci mette in connessione con tutti i territori che vengono percorsi a valle, chiamandoci a un'assunzione di responsabilità. I suoi affluenti, nelle valli laterali, sono un metro per misurare l'impronta ambientale di agricoltura e attività umane mentre le dighe sono un elemen-

to in grado di sconvolgere gli ecosistemi.

Proprio per questi motivi abbiamo coinvolto nella realizzazione di questo numero cuochi, soci e Condotte anche di altri territori nell'ottica di contribuire a disegnare le nuove geografie degli ecosistemi che sono al centro del progetto di Terra Madre.

Abbiamo poi dato grande spazio ai cuochi che nelle loro cucine trasformano il pesce di lago diventato fondamentali ambasciatori di questi ecosistemi. A loro va il compito di trasmettere l'importanza di scelte consapevoli che ognuno di noi deve compiere nella propria alimentazione.

Con questo numero cerchiamo di interpretare la missione di essere una rete globale di comunità locali. La manifestazione internazionale di Slow Fish ci ha dato infatti lo spunto per riflettere sui temi che verranno affrontati a Genova guardando al nostro territorio.

Il prossimo numero sarà dedicato al turismo. Elemento così importante per l'economia della nostra provincia che mai come quest'anno ha bisogno di essere riprogettato e ripensato.



Nella pagina a fianco

Negli scatti di questo mese Benedetta Andreolli fotografa il Lago di Molveno "svuotato" e il torrente Leno

Fb BenedettaAndreolliPhotography
benedetta.andreolli.photography@outlook.it

Indice

Nutrire le acque interne: il pesce d'acqua dolce che mangiamo tra sostenibilità e responsabilità
di Lorenzo Berlendis

Lo scatto di *Benedetta Andreolli*

Il progetto LIFE Blu Lakes
a cura Coordinamento per la tutela dell'ambiente Alto Garda e Ledro

Effetto delle dighe sui fiumi intrecciati
di Guglielmo Stecca

Monitoraggio dei corpi idrici in Trentino
intervista a Catia Monauni - APPA

L'Avisio in Val di Cembra, scrigno di biodiversità
di Elisa Travaglia

A proposito di energia sostenibile:
Il Monte Baldo e la centrale sul Garda.
Una storia da ricordare
di Michele Nardelli

El Pescador.
La storia dell'unico pescatore del Garda trentino
di Tommaso Martini. Foto di Sabrina Bortolotti

Parola agli chef sulle 3 sponde
interviste parallele a cura della Condotta

Progetto di reintroduzione dell'Alborella nel Garda
a cura degli Amici della Tirlindana

Troticoltura Vinante: storia di una famiglia
di Tommaso Martini

Un allevamento sostenibile: Troticoltura Armanini

Il Carpione Presidio Slow Food
di Enrico di Martino

Lo scatto di Benedetta Dolecki

Diritto a Tavola
Vini dealcolizzati ed "annacquati" nel futuro dell'Europa? Qualche opportuna precisazione
di Stefano Senatore

Mangiare con la testa
Spesa consapevole, ecco da dove iniziare
di Laura Endrighi, psicologa

Ricette con i cuochi dell'Alleanza
a cura di Ivano Nicolodi, Paolo Betti, Mario Di Nuzzo e Monica Braitto

I consigli di lettura della Libreria due punti

LO SCATTO DI BENEDETTA ANDREOLLI





Si sta parlando della sesta estinzione di massa, in corso sul pianeta Terra da qualche decennio. Estinzione silente quanto inesorabile, estinzione di cui lo sconsiderato approccio umano alle risorse limitate del Pianeta, quindi i consumi umani, sono la prima e quasi esclusiva causa.

Lo stato di conservazione dei pesci autoctoni, secondo quanto indicato nella Lista Rossa dell'Unione Internazionale per la Conservazione della Natura (IUCN) è particolarmente negativo e peggiore rispetto alle altre classi di vertebrati. Quasi la metà delle specie ittiche d'acqua dolce è a elevato rischio di estinzione (48%), mentre le percentuali sono del 36% per gli anfibi, del 19% per i rettili, del 29% per gli uccelli e del 23% per i mammiferi. I pesci, inoltre, presentano anche la maggiore percentuale di specie già estinte in Italia, pari al 4% del totale.

Per la fauna di acqua dolce si prevede un tasso di estinzione del 4% per decennio a fronte di un tasso di estinzione dell'1% previsto per gli ecosistemi marini e terrestri. I laghi ed i fiumi lombardi, il Garda in particolare, sono parte integrante di questo terribile scenario che si affaccia sul nostro orizzonte.

Argomentare quindi a favore o con-

tro il destino di un singolo pesce target e del progetto a sua tutela è irrilevante laddove si prescindano dalla valutazione complessiva degli impatti che ciascun progetto ha su ciascun ecosistema - in questo caso il Garda - alla luce di conoscenze scientifiche effettivamente validate.

A cosa alludiamo, quindi, quando parliamo di immissione di fauna ittica nelle acque interne dei nostri laghi, ad esempio nel Garda che è il maggiore lago italiano? Che effetti produce questa attività? Sulla base di quali parametri -specifici per ciascun ecosistema - essa può definirsi sostenibile?

Per dare risposta a queste complesse domande ci giunge in soccorso un prezioso documento, pubblicato il 5 marzo 2021 da AIAD - Associazione Italiana Ittiologi Acque Dolci, dal titolo "Principi guida riguardanti le immissioni di fauna ittica nelle acque interne italiane" che riepiloga alcuni dati di rilievo, ampiamente riportati anche su Nuova Ecologia.

Delle quasi 63 mila specie di Vertebrati censite sul pianeta Terra, ben oltre la metà sono rappresentate da pesci (circa 32 mila specie attualmente descritte). Con una copertura pari a

meno dell'1% della superficie terrestre, nelle acque dolci è presente circa il 35% delle specie note di vertebrati. Nei sistemi d'acqua dolce lo sviluppo della biodiversità è favorito dall'elevato grado di isolamento che li caratterizza: un lago o un bacino imbrifero sono delle vere e proprie isole ecologiche. Se si considera che le acque dolci rappresentano l'1% circa delle acque del Pianeta (esclusi ghiacciai e calotte polari), ci accorgiamo di come fiumi, laghi, stagni e paludi siano ecosistemi di cruciale importanza per la vita sulla Terra.

È noto, elemento di ulteriore complessità, quanto il loro relativo isolamento esponga laghi e fiumi a notevoli rischi e gli ecosistemi acquatici siano perciò gli ambienti al mondo più minacciati dai vari fattori di impatto antropico e il declino della biodiversità è in essi molto più rapido, come sopra ricordato. La gestione delle immissioni è quindi un tema assai delicato e le recenti deroghe concesse dal Ministero competente al divieto di "reintroduzione, introduzione e popolamento in natura di specie e popolazioni non autoctone nel territorio italiano" (all'Art.12 al DPR 357/1997) rappresentano un rischio che potrebbe essere fatale per equilibri fragili, già abbondantemente minati. Non si tratta in

Quasi la metà delle specie ittiche d'acqua dolce è a elevato rischio di estinzione

Nei sistemi d'acqua dolce lo sviluppo della biodiversità è favorito dall'elevato grado di isolamento

questa sede di puntare il dito contro gli interessi dei pescatori sportivi, tantomeno di quelli professionisti che sulla pesca fondano le loro speranze di reddito. O sui decisori che subordinano le loro emanazioni al gradimento di questo o quel bacino di elettori.

Si tratta di dare alla complessa e delicata natura del tema risposte che guardino lontano, che facciano tesoro dei grossolani errori del passato e siano coerenti con qualsivoglia transizione ecologica che punti al ripristino della biodiversità, degli equilibri negli ecosistemi, per conservare la peculiarità specifica dei sistemi lacuali e fluviali subalpini frutto di una particolare vicenda geologica e biologica che ha assegnato loro un tasso di specificità assolutamente unico nel panorama europeo. La frammentazione dei bacini idrografici dettata da morfologia e grado di salinità, che oggi rende sommamente vulnerabili le acque interne, è il fattore che nel corso delle epoche geologiche ha favorito il pullulare di specie ittiche nelle acque dolci: in Italia, su 55 specie autoctone censite, ben 27 risultano endemiche o sub-endemiche nel bacino padano-veneto. Accanto a questo ingente patrimonio di biodiversità, nelle acque interne d'Italia vivono altre 62 specie alloctone ormai acclimatate. Sono insomma ormai di più le specie immesse negli ecosistemi italiani che quelle che negli stessi si sono sviluppate durante l'intero

Sono insomma ormai di più le specie immesse negli ecosistemi italiani che quelle che negli stessi

arco della storia della vita sulla Terra e... nell'acqua!

Fra tutti i vertebrati italiani, quello dei pesci d'acqua dolce è il gruppo che comprende più specie minacciate: ben 25 sulla cinquantina di quelle censite in totale! I pesci d'acqua dolce italiani perciò sono, loro malgrado, tra i maggiori protagonisti della richiamata sesta grande estinzione, causata direttamente dall'uso dissennato di suolo e acque da parte dell'uomo sommato all'introduzione, deliberata o involontaria, di specie alloctone che esercitano enorme pressione sugli ecosistemi.

L'introduzione di specie invasive negli ultimi cent'anni ha cambiato a fondo il paesaggio faunistico dei nostri laghi.

Alcuni pesci come il lavarello, un salmonide introdotto da fine '800 nei laghi lombardi, sono naturalizzati e considerati ormai al pari degli autoctoni. Altri sono funzionali alla lotta biologica o economicamente rilevanti in acquacoltura, ma l'impatto delle specie aliene, la cui progressione si è accelerata, risulta alla lunga devastante.

Il più grande bacino italiano, il lago di Garda appunto, fa parte di quell'im-



prescindibile 1% di acque dolci in cui è disseminata una storia naturale che ha generato e serbato una biodiversità straordinaria. Ne è precipuo esempio ed eclatante simbolo il Carpione del Garda, Salmo carpio, attorno al quale aleggia una saga dai contorni leggendari frammista a una ben più materiale speculazione sulla sua riproduzione in cattività, che avrebbe dovuto far parte delle strategie finalizzate al suo ripopolamento. Salmonide di fondale ritenuto in passato pressoché estinto, è specie endemica per elezione, per quanto specie ad alto rischio di





Video:
Progetto LACUSTRE - Comune di Toscolano Maderno
Fondazione Cariplo



scomparsa, specie in 'lista rossa'. Pochi anni or sono, ha saputo ancora stupirci, ancorché in negativo: è stato intercettato un magnifico esemplare in frega nel fiume Toscolano. In negativo perché trovare un Carpione (le indagini genetiche ci hanno confermato essere "puro"), in fase riproduttiva, in un posto dove assolutamente non avrebbe dovuto essere, è un fatto gravissimo. Se il Carpione è passato indenne dalla "forca" dell'ibridazione e dell'inquinamento genetico da parte di altri congeneri immessi, è grazie alla sua autoecologia che prevede strette barriere riproduttive che di fatto gli impediscono di entrare in contatto con altre specie del genere Salmo. Si tratta a nostro avviso di un altro aspetto connesso a comportamenti aberranti derivanti dal processo in corso di addomesticamento della specie.

Il Toscolano, torrente tributario del Garda, è stato terreno e ambito di intervento del Progetto Lacustre, progetto che, con un intervento di 'ridotte' dimensioni anche finanziarie, ha mostrato inoppugnabilmente quanto sia a portata di mano il processo di ri-naturalizzazione e inversione di tendenza. Grazie alla convergenza di soggetti diversi: pescatori e decisori, associazioni e titolari di concessioni, consorzi e cittadini tout court sono state realizzate le scale di risalita che stanno permettendo alla trota lacustre di riprodursi naturalmente in misura numericamente considerevole. Milioni di avannotti stimati che costituiscono e costituiranno un pezzo del futuro del lago, dei suoi equilibri ecosistemici, delle economie dei pescatori e dei Gardesani. L'incremento, misurato e verificato in quasi un decennio di ri-

Il Toscolano, torrente tributario del Garda, è stato terreno e ambito di intervento del Progetto Lacustre

cerca applicata, della riproduzione dei selvatici senza ricorrere ad attività ittogeniche, ma "assecondando" la Natura e ripristinando corrette condizioni ambientali è la prova che altre strategie possono essere attuate per il supporto degli stock ittici. E, di converso, che è assolutamente possibile fornire alimenti di alta qualità organolettica, ma anche ambientale e sociale. Approvvigionarci di ottimo pesce pescato, che dia economie a pescatori e all'indotto, che permetta i cicli di rigenerazione agli ecosistemi è tutt'altro che una pia speranza.

La comunità di pratica che si è costituita nel corso del progetto Lacustre ha fissato un approccio di successo: coerente nei modi, concreto nei risultati. Con la stessa modalità, ossia la costituzione di una nuova comunità di pratica, è nato il successivo progetto Gardiiian, progetto teso a replicare ed estendere progressivamente i benefici effetti dei servizi ecosistemici a tutta l'area subalpina lombarda, cominciando da processi di rinaturalizzazione operati con successo su tributari, a torto ritenuti 'minori'. Entrambi i progetti hanno avuto impulso dai providenziali fondi messi a disposizione da Fondazione Cariplo in merito alla difesa e riproduzione del 'Capitale Naturale'.

Grazie alle tecnologie genetiche siamo oggi

in grado di apprezzare differenze fra specie che anche solo un quindicennio or sono non sarebbero nemmeno state rilevate. Riteniamo che questa accresciuta capacità di discernimento scientifico che connota la contemporaneità debba accompagnarsi una proporzionale capacità di discernimento in ambito gestionale.

Se un tempo, infatti, una trota era solo una trota, oggi abbiamo il dovere di saper distinguere fra una trota alloctona di provenienza atlantica come la Fario, Salmo trutta, e le popolazioni naturali di trote mediterranee ovvero i ceppi nativi italiani, su tutti la Marmorata, Salmo marmoratus, pregiata specie autoctona dei bacini subalpini nord italiani e sloveni.

Le massicce introduzioni di campioni di origine atlantica sono state eseguite in tutti i fiumi europei. Questa pratica ha modificato profondamente la struttura genetica delle popolazioni autoctone di questo complesso di specie, rendendo estremamente difficile l'individuazione di ceppi indigeni autoctoni o il naturale areale di distribuzione. Altro considerevole aspetto problematico rappresenta l'introduzione della Trota Iridea, con buona pace dei pescatori dilettanti e no, specie californiana a rapido accrescimento che spopola in fiumi e banconi dei supermercati. Qui il tema è la competizione ecologica, di genere diverso dai Salmo non si ibrida con essi,



ma interferisce pesantemente con la loro possibilità di sopravvivenza e perpetuazione.

La trota mediterranea, *Salmo ghigii*, è considerata una specie vulnerabile in Italia ed in pericolo di estinzione, inclusa nella Lista rossa come "prossima alla minaccia" a causa di prelievi d'acqua, pesca eccessiva e introduzione di trote non autoctone, con conseguente ibridazione e competizione.

Introdursi nell'estrema inestricabilità della materia rischia, quali consumatori, di farci perdere la bussola. Riconoscere e distinguere però, di fronte a un pescatore o sul banco di una pescheria, una trota selvatica da una allevata, è importante. Interrogarsi sulle condizioni nelle quali è avvenuto il processo di accrescimento soprattutto in riferimento all'alimentazione e qualità delle acque, è fondamentale. Determinare una domanda maggiore di pesci autoctoni e pescati o allevati in condizioni ottimali è parte della soluzione del problema della transizione ecologica e del ripristino di habitat ed ecosistemi, diversamente i nostri comportamenti diventano parte del problema e ne caratterizzano l'insolubilità.

Proprio per questo, in tema domanda e consumo, dobbiamo avere il coraggio della correttezza, della trasparenza, della concretezza se vogliamo innescare un processo virtuoso di inversione del trend, della 'normalità' che ha prodotto il problema. Le presenze avventizie in area gardesana, stimate in oltre dieci mi-

lioni di turisti e gitanti l'anno, sommate a quelle stabili, rendono proibitivo e illusorio pensare che il consumo di pesce

locale possa soddisfare una siffatta richiesta, per di più concentrata in periodi non per forza corrispondenti con la disponibilità di pescato. La soluzione non può essere quella largamente praticata di ricorrere ad importazioni da altri laghi italiani e nord-europei. L'impatto di trasporti e catena del fred-

do ci porta fuori dal campo della sostenibilità, in primis, da quello del governo e sviluppo delle economie del territorio, poi. Stendiamo un pietoso velo sul fatto che questi pesci, dal persico al lucioperca, vengono spesso spacciati per gardesani. Pratica che si connota come truffa tout court e come tale esecrabile e perseguibile. Le soluzioni percorribili sono molteplici: il ricorso alla pratica tradizionale dell'essiccazione, l'utilizzo sensato della crioconservazione, la proposta differenziata di specie neglette opportunamente qualificate, l'approvvigionamento presso sistemi acquacoltura estensiva e rispondente a criteri di sostenibilità, vuoi in merito alla qualità delle acque in entrata e, soprattutto in uscita, vuoi in riferimento alle condizioni di benessere vs stress della fauna ittica allevata, le condizioni igienico sanitarie del pesce, la sua razione alimentare. Ribaltare insomma la logica economico produttiva: non bado a contenere la mortalità degli esemplari, con farmaci o artifici tecnici, ma imposto condizioni di benessere funzionali all'equilibrio di densità e qualità degli animali.

Progetti educativi specifici e diffusi per creare nuova consapevolezza e un nuovo patto verso tutto il vivente

E quando si debba ricorrere a specie o esemplari di importazione una serena e onesta ammissione.

Il limite delle disponibilità delle risorse deve essere giocato, in estrema sintesi, come un'opportunità e una sfida di adattamento lungimirante, di educazione al consumo critico, non quale occasione per istruire scorciatoie dal fiato corto o, peggio, combinare pasticci sotto il profilo ambientale ed etico.

In conclusione, tornando al tema immissioni, il discorso su trote e salmoni (di) vale per qualsivoglia specie che non può essere reintrodotta con criteri che nulla hanno a che vedere con ciò di cui siamo ormai consapevoli e che è colpevole non considerare. Oggi. Poiché gli strumenti del passato non consentivano di apprezzare ciò che oggi siamo invece in grado di comprendere in modo abbastanza agevole non è produttivo aprire tribunali ed emettere sentenze. Ma se non esistono "colpe passate" esistono tuttavia responsabilità presenti che ogni soggetto ha il dovere di assumersi nel proprio ambito (sia esso ente, istituzione, associazione) per evitare che la superficialità o l'interesse di parte si trasformi, stavolta sì, in responsabilità ineludibile e di cui si è chiamati e saremo chiamati a rispondere dalle generazioni future. E da queste dobbiamo partire con progetti educativi specifici e diffusi per creare nuova consapevolezza e un nuovo patto verso tutto il vivente di cui siamo parte integrante. Fishing for Future.

Foto sotto: Benedetta Dolecki



Il progetto LIFE Blu Lakes

Una Carta del Lago contro le microplastiche

a cura Coordinamento per la tutela dell'ambiente Alto Garda e Ledro

Fin dagli anni Settanta sono stati condotti molti studi sulla presenza di microplastiche nelle acque marine. Il problema però riguarda anche le acque lacustri ma purtroppo la normativa che stabilisce indicatori e limiti per monitorare le acque interne (Direttiva Quadro delle Acque 200/60) non considera l'effetto della presenza delle microplastiche sullo stato dei laghi. Il progetto LIFE Blue Lakes nasce proprio per affrontare questo problema attraverso una serie di azioni di governance, formazione, informazione e sensibilizzazione indirizzate a istituzioni, stakeholder e cittadinanza. Tra le azioni principali la stesura di una Carta del Lago che è il frutto di un processo partecipativo che coinvolge tutti gli attori coinvolti.

Il 23 febbraio ha preso avvio la consultazione della carta del Lago di Garda con un webinar promosso da Legambiente, che è capofila del LIFE Blue Lakes, che ha visto la partecipazione di diversi relatori che hanno illustrato il contesto nazionale e locale delle microplastiche e lo sviluppo del percorso partecipativo. Il Lago di Garda rappresenta infatti uno dei cinque siti pilota insieme al Lago di Bracciano e al Lago Trasimeno e al Lago di Costanza e Chiemsee in Germania nell'ambito del progetto finanziato dal Programma LIFE.

La Carta del Lago si configura come



uno strumento adottato per la tutela dei laghi dalle microplastiche che ha l'ambizione di rappresentare un impegno, ancorché volontario, ma dal forte valore simbolico e concreto, che le comunità del Garda intendono assumere. Tramite una piattaforma online è stato possibile contribuire alla stesura della bozza della Carta indicando priorità degli obiettivi e degli interventi, commentando e proponendo modifiche o integrazioni. I risultati sono stati poi condivisi con enti pubblici, attività economiche, associazioni ambientali e sportive che fruiscono il lago durante tre workshop che si sono tenuti nel mese di maggio. Un nuovo appuntamento dedicato alla presentazione della Carta del Lago di Garda finalizzata, che coinvolgerà tutti gli stakeholder, si terrà on line il 22/06/2021 dalle ore 17 alle ore 19.



Blue Lakes
No microplastics, just waves.

Chiara Martinelli, Presidente Legambiente Verona, ha evidenziato in apertura dell'incontro che la pressione antropica sul Garda è molto forte con 25 milioni di turisti ospitati ogni anno su una popolazione inferiore ai 190 mila. Questa pressione deve essere gestita in modo concertato. Attraverso la Goletta dei Laghi, ad esempio, Legambiente ha iniziato già da anni dei progetti sulla sponda veronese e lombarda facendo

sistema con le altre realtà del Garda. Barbara Meggetto, Presidente di Legambiente Lombardia ha sottolineato

l'importanza di tutelare il lago nella sua interezza con problematicità che non sono legate solo alla qualità delle acque ma alla gestione del territorio nel suo complesso. Richiamando quindi la necessità di trovare una modalità diversa per vivere il lago da residente e da turisti e per spostarsi lungo il lago.

Il tema delle microplastiche nel Lago di Garda è legato, come ha evidenziato Francesco Fatone dell'Università Politecnica delle Marche, a pressioni antropiche e naturali, presenza di scolmatori di fognatura mista, gestione del servizio idrico diviso tra diversi soggetti. Sono state messe in campo campagne di campionamento e analisi su alcuni impianti di depurazione, anche in diverse stagioni. Chiara Braschi, coordinatrice del progetto, ha descritto gli obiettivi di LIFE Blue Lakes:

- Migliorare l'efficacia dei processi decisionali e di governance relativi al tema delle microplastiche e ingaggiare i principali attori economici e sociali nei laghi italiani e tedeschi nella riduzione dell'impatto delle loro attività attraverso la Carta del Lago.





- Ridurre l'apporto di microplastiche nei laghi dovute ai processi di trattamento degli impianti di depurazione grazie allo sviluppo di un protocollo tecnico nell'area pilota del Lago di Garda;

- Stabilire una proficua collaborazione con i principali settori economici interessati (cosmetici, abbigliamento outdoor, pneumatici, ecc.) per sviluppare soluzioni volte a ridurre e prevenire l'inquinamento da microplastiche;

- Sensibilizzare le popolazioni residenti presso i principali laghi italiani e tedeschi e il pubblico generale promuovendo comportamenti che prevengano la diffusione dei rifiuti di plastica nell'ambiente;

- Influenzare l'agenda politica a livello nazionale ed europeo al fine di migliorare il quadro normativo esistente per contrastare l'inquinamento da microplastiche nei bacini lacustri attraverso il Libro Bianco dei Laghi.

La Carta del Lago potrà indicare

una serie di soluzioni calibrate sulle specificità di ciascun contesto territoriale in merito a

- Iniziative di sensibilizzazione per i residenti;

- Programmi di monitoraggio ad hoc;

- Tecniche per migliorare i processi di trattamento delle acque reflue;

- Disposizioni per ridurre l'impatto di aziende e famiglie;

- Buone pratiche per il settore turistico e commerciale.

Un percorso partecipato che, oltre al valore specifico di affrontare la problematica delle microplastiche, ha il pregio di considerare il Lago nella sua interezza, superando i confini amministrativi per approccio all'ecosistema coinvolgendo, in modo trasversale, tutti coloro che hanno a cuore il destino di questo importante territorio.



- Progettare e sperimentare un protocollo standard di monitoraggio delle microplastiche nelle due aree pilota del Trasimeno e di Bracciano per valutare i livelli di microplastica presenti in questi bacini;

RICETTA DEI CUCCHI DEL L'ALLEANZA



Tartare di trota fario agli agrumi

di Ivano Nicolodi
Osteria Casa de Gentili
di Sanzeno

foglia di timo serpillio e a 4-5 cucchiaini di olio extravergine di oliva. Con l'aiuto di un cucchiaino mescolare bene il tutto.

Lasciar riposare in frigo per un'ora circa. Porzionare dando la forma desiderata con l'aiuto di un coppapasta.

Per gustare al meglio, accompagnare con crostini di pane tostato e qualche ricciolo di burro, possibilmente di malga.

Abbinamento vino:

Vigneti delle Dolomiti Nosiola IGT
"L'Ora" Azienda Agricola Pravis



3 trote freschissime da circa 250g

60g sale fino

60g zucchero

1 limone non trattato

1 arancia non trattata

Olio Extravergine di oliva

Timo serpillio

Procedimento:

Sfilettare le trote avendo cura di togliere tutte le lisce e la pelle.

Riporre in un contenitore e ricoprirle con il mix di sale e zucchero.

Lasciar riposare per un'ora circa, dopodiché sciacquare bene i filetti sotto l'acqua fredda per eliminare sale e zucchero in eccesso.

Dopo averli asciugati, tagliare i filetti in cubetti di circa 3mm di lato.

Aggiungere la scorza grattugiata di metà limone e di metà arancio, oltre a qualche



Effetto delle dighe sui fiumi intrecciati

di Guglielmo Stecca

Nelle regioni alpine e prealpine, i fiumi tendono naturalmente ad assumere configurazioni caratterizzate da alvei larghi, in cui la corrente si suddivide in molteplici canali. Questi fiumi sono detti “ad alveo intrecciato”, (in inglese, “braided rivers”), in opposizione ai fiumi “monocursali”, o “ad alveo meandriforme”, caratterizzati da alvei più stretti nei quali la corrente segue un unico corso. Le condizioni per l’esistenza dei fiumi ad alveo intrecciato sono la presenza di un elevato apporto di sedimenti dai versanti e la presenza di correnti in grado di trasportare tale materiale, il che spiega perché tali fiumi si trovino nelle regioni alpine e prealpine.

L’assetto morfologico dei fiumi è di fondamentale importanza per determinarne il valore ambientale. In particolare, i fiumi intrecciati rappresentano un ambiente unico, in grado di assolvere molteplici funzioni morfo-ecologiche, in un grado generalmente più elevato che i fiumi monocursali.

L’assetto morfologico di un fiume non è immutabile; al contrario, è atto a modificarsi nel tempo seguendo l’evoluzione di alcune fondamentali variabili di controllo. Due di queste variabili sono state menzionate nel paragrafo precedente: il regime delle portate e l’apporto

di sedimenti. Una terza, importantissima variabile è la presenza di vegetazione in alveo. La vegetazione, rinforzando le sponde di barre ed isole e incrementando la resistenza idraulica, è in grado di confinare i fiumi e determinare l’assunzione di una morfologia più simile a quella meandriforme.

Nel corso degli ultimi 150 anni, la maggior parte dei fiumi intrecciati in Europa ha subito, almeno parzialmente, una transizione verso una configurazione morfologica ad alveo meandriforme. Esempi di fiumi italiani che hanno subito questa traiettoria sono il Piave e il Brenta.

Le cause di tale transizione sono state molteplici. L’apporto di sedimenti alle



Il fiume Tagliamento nel suo tratto prealpino (presso Forgaria nel Friuli) è il maggiore esempio di fiume intrecciato in Europa

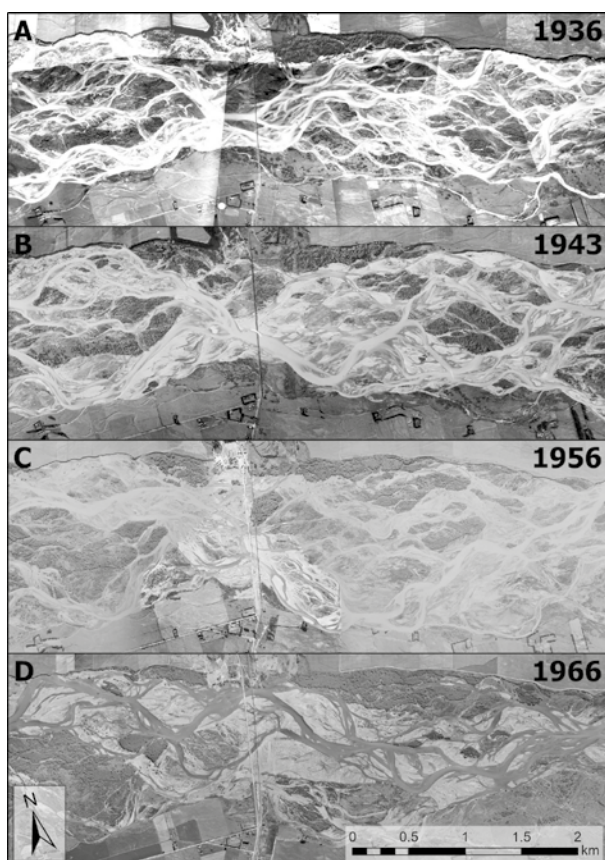
aste principali è stato ridotto a causa di cambiamenti nell’uso dei suoli (per esempio, della riforestazione dovuta all’abbandono della agricoltura in montagna) e da lavori di stabilizzazione dei versanti e dei torrenti montani (ad esempio, con la costruzione di briglie). Misure di protezione spondale hanno isolato i fiumi dal sedimento presente nelle piane alluvionali. Gli alvei sono stati rettificati per favorire la costruzione di infrastrutture e ricavare terra coltivabile. L’estrazione di inerti dagli alvei ha depauperato gli stessi del loro sedimento. Infine, l’incremento generalizzato della quantità di vegetazione in alveo ha ridotto la capacità degli alvei di assumere un assetto intrecciato.

Le dighe hanno avuto un ruolo fondamentale nel promuovere queste alterazioni. Le dighe non consentono il deflusso del sedimento, che resta intrappolato nei laghi artificiali; producono altresì gravi alterazioni del regime delle portate, riducendo la frequenza e l’entità delle piene, favorendo quindi la colonizzazione da parte della vegetazione e alterando la capacità del fiume di trasportare sedimento.

Su questi temi, nel 2019 ho scritto con i miei tre coautori un articolo di rassegna [Stecca et al., 2019], che riassume e cerca di inquadrare in una visione unica tutte le osservazioni disponibili su questo tema. Il lavoro di classificazione e valutazione dell’impatto di ogni causa di modificazione è stato notevolmente



Morfologia ad alveo intrecciato del Tagliamento



Evoluzione del tratto costiero del fiume Waitaki (Nuova Zelanda) affetto dalla presenza di un complesso impianto idroelettrico e dalla introduzione di vegetazione non-nativa della Nuova Zelanda. L'incremento della presenza di vegetazione in alveo e la progressiva transizione verso un assetto più monocursale sono visibili.

complicato dal fatto che quasi ogni fiume analizzato è stato soggetto a molteplici cause allo stesso tempo. Sono sta-

to in grado di dedicare tre anni di tempo allo studio di questi problemi grazie ad una borsa Marie Curie della Unione Europea. Una breve pagina divulgativa della mia attività su questi temi è disponibile all'indirizzo <https://sites.google.com/view/braidsideearth>.

Il mio lavoro di ricerca sostenuto dalla borsa Marie Curie si è poi concentrato su temi modellistici. La mia attività è mossa dalla osservazione che non esistono (se non a livello di ricerca) strumenti di simulazione atti a prevedere quantitativamente quale sia nel lungo termine l'effetto di una qualsiasi delle cause sopra menzionate sulla morfologia fluviale: di conseguenza, non è possibile fare uno studio preventivo di impatto di un qualsiasi cambiamento applicato ad un fiume, né, eventualmente, studiare l'efficacia di misure di riqualificazione.

Con il prezioso contributo di numerosi collaboratori, ho quindi costruito alcuni (ancora molto rudimentali) strumenti di simulazione atti a misurare l'impatto delle dighe sulle morfologie intrecciate. Nell'ultimo

anno, in qualità di River Modeller presso il National Institute of Water and Atmospheric Research (Christchurch, Nuova Zelanda) mi sono occupato dell'applicazione di questi strumenti per studiare l'impatto sulla morfologia del fiume Waitaki (Nuova Zelanda) del complesso delle sbarramenti idroelettrici detto "Waitaki Power Scheme". Nuovamente, l'immagine è molto confusa, perché, contemporaneamente alle dighe, sul Waitaki sono state introdotte altre fonti di impatto. In questo caso, è stata determinata l'introduzione di vegetazione non-nativa della Nuova Zelanda, quale il salice e la ginestra, molto più efficace della vegetazione nativa nel colonizzare gli alvei e determinare la transizione degli stessi verso un assetto morfologico più monocursale.

G. Stecca, G. Zolezzi, D. M. Hicks, N. Surian (2019) Reduced braiding of rivers in human-modified landscapes: Converging trajectories and diversity of causes. *Earth-Science Reviews*, 188 Volume 188, January 2019, Pages 291-311. <https://doi.org/10.1016/j.earscirev.2018.10.016>

"The Braided Side of the Earth: modelling the long-term morphological impact of dams on the gravel-bed braided rivers of New Zealand to support restoration of the heavily-impacted European rivers". Marie Curie International Outgoing Fellowship under the European Union's Seventh Framework Programme (PIOF-GA-2013-622886)

RICETTA DEI CUOCHI DELL'ALLEANZA

Filetto di salmerino marinato al sidro di mela porcini grigliati lamponi chips di segale e misticanza



Di Paolo Betti
Rifugio Maranza
Trento

Ingredienti per 4 persone:

- 1 salmerino 250g
- 12/15 lamponi
- 2 fette di pane di segale
- 1 porcino 150/200 g
- 100g misticanza
- 1 dl aceto mela 2 dl sidro di mela
- sale pepe rosa rametti di timo
- 1dl olio extravergine di oliva

Procedimento:

Sfilettare il salmerino togliere tutte le lisce immergerlo nell'aceto di mela e sidro pepe rosa sale timo cipolla e alio.

Lasciare riposare 12 ore.

Preparare delle fettine di porcino grigliarlo in padella, aggiustare di sale e pepe, tostare dei cubetti di pane alla segala.

Impiattamento:

Mettere sul piatto la misticanza appoggiare sopra i lamponi, salmerino scolato e pulito dalla marinatura i porcini e i cubetti di pane di segale.

Abbinamento vino:

Blanc de Sers - Cantine Monfort

Il Blanc de Sers rientra nel progetto di recupero e vinificazione di antiche varietà autoctone presenti sul territorio trentino. Il Blanc de Sers è ottenuto dai vitigni di Veltliner e Nosiola.

Serso, ubicata nelle vicinanze di Pergine Valsugana, sul lato destro del torrente Fersina in prossimità della Valle dei Mocheni, è in assoluto la zona più vocata per

la produzione di bianchi in Valsugana. Tra i 550 e i 700 metri s.l.m., riparata dai venti del nord, la zona del Blanc de Sers, in pendenza e ben ventilata, è esposta al sole tutto il giorno.



Monitoraggio dei corpi idrici in Trentino

Intervista alla dott.ssa Catia Monauni - Agenzia Provinciale per la protezione dell'ambiente

Qual è il ruolo dell'Agenzia Provinciale per la protezione dell'ambiente?

L'Agenzia Provinciale per la protezione dell'ambiente ha tra i suoi ruoli il monitoraggio dei corpi idrici della Provincia per rispettare le normative europee recepite dal Nostro Paese. Attualmente i corpi idrici monitorati sono i laghi con superficie maggiore di 0,5 kmq e più di quattrocento tratti di corsi d'acqua e comprendono quelli che hanno un bacino di almeno dieci chilometri quadrati. Sono divisi in tratti omogenei secondo determinate caratteristiche quali la distanza dalla sorgente o gli usi del suolo attraversato. Dalla diagnosi, che avviene attraverso l'analisi del territorio, il monitoraggio delle stazioni scelte opportunamente e l'esito delle analisi chimiche e biologiche, compito dell'Agenzia è predisporre la cura, cioè il Piano di Tutela.

Come funziona il monitoraggio?

L'obiettivo del monitoraggio è individuare la qualità dell'acqua per ogni corpo idrico in base a una serie di parametri. La normativa prevede che lo stato dell'acqua debba essere perlomeno "buono" entro il 2027: in caso contrario l'Agenzia deve individuare delle misure correttive.

Cosa determina la qualità dell'acqua?

Sui nostri corsi d'acqua vi sono una serie di pressioni di vari tipo. I corpi d'acqua che attraversano i suoli agricoli



possono avere, ad esempio, delle criticità legate a nutrienti e fitofarmaci. Gli scarichi civili ed industriali creano a loro volta delle pressioni ma anche la presenza di dighe, opere di presa, canalizzazioni, ecc...

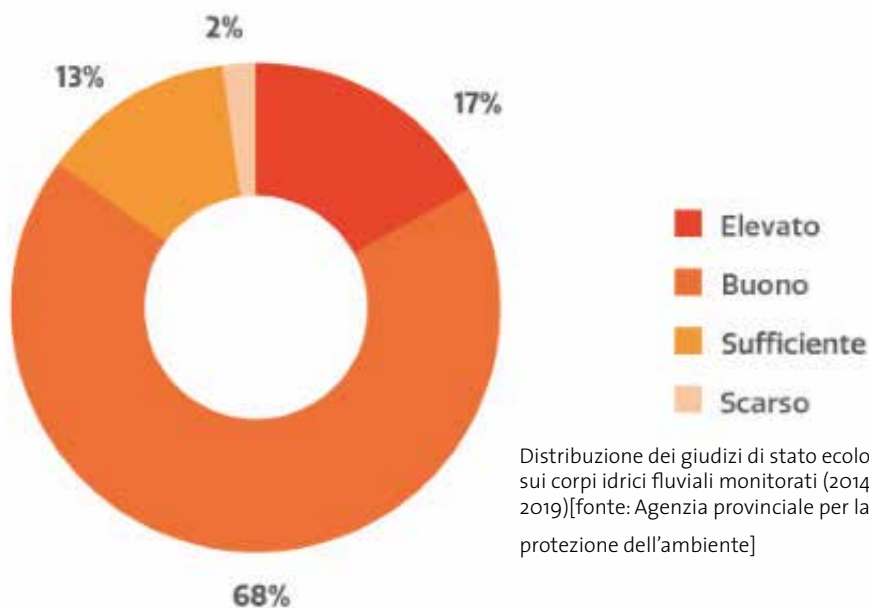
Quali misure possono essere prese per migliorare delle criticità?

L'Agenzia opera su più fronti una volta individuati i corpi idrici che non rispettano lo standard "buono" e tramite il Piano di Tutela individua possibili so-

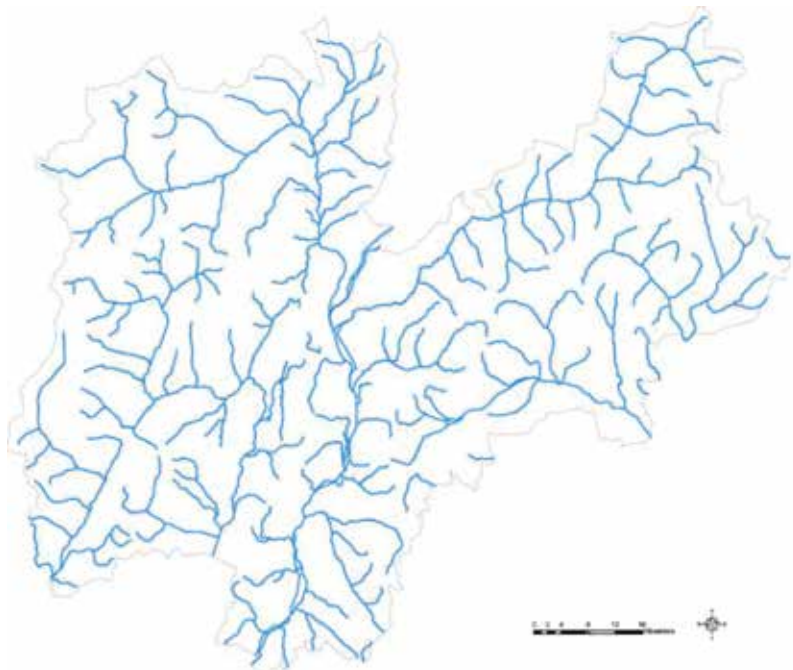
luzioni. Innanzitutto gli interventi migliorativi vengono concertati in stretta collaborazione con i servizi della Provincia Autonoma di Trento. Ad esempio lavoriamo a stretto contatto con il servizio depurazione ed il servizio agricoltura. Sono stati creati anche degli accordi di programma con i privati. In particolare modo si sta collaborando con l'associazione produttori ortofrutticoli trentini per stabilire norme da far applicare da tutti i soci in prossimità dei corsi d'acqua. Tavoli di lavoro sono aperti anche con i viticoltori e l'associazione allevatori.

Che tipo di problematiche vengono affrontate in questi contesti legati alla produzione di cibo?

Ad esempio con l'associazione produttori ortofrutticoli si sta lavorando insieme per risolvere i problemi creati dai lavaggi degli atomizzatori che spesso vengono effettuati dagli agricoltori nel cortile dell'azienda, scaricando l'acqua nei tombini. Quest'acqua però non finisce nelle fognature ma direttamente nei torrenti attraverso le acque bianche, causando delle gravi criticità che abbiamo rilevato in alcuni corpi idrici. In questo caso aiuta già molto nell'individuare una soluzione la formazione degli



Distribuzione dei giudizi di stato ecologico sui corpi idrici fluviali monitorati (2014-2019)[fonte: Agenzia provinciale per la protezione dell'ambiente]



operatori. Sugerire ad esempio di pulire gli atomizzatori in campo affinché i residui di fitosanitari siano degradati dai microrganismi del terreno oppure si stanno creando, nelle zone a maggior concentrazione, dei centri di lavaggio dedicati.

Con gli allevatori invece stiamo, ad esempio, affrontando il problema dello spargimento delle deiezioni che, per dilavamento, finiscono nei torrenti, causando fenomeni di eutrofizzazione: elevate concentrazioni di nutrienti determinano formazione di schiume ed ammassi di alghe.

Ma cosa vuol dire che un corpo idrico ha un livello "buono" della qualità delle acque?

Questo giudizio è frutto di complesse analisi sia chimiche sia biologiche. I monitoraggi sono volti a individuare la presenza di sostanze pericolose (come metalli pesanti, fitosanitari, solventi, prodotti chimici). La ricerca di queste sostanze viene effettuata nei luoghi dove sono note possibili pressioni di questo tipo, dopo un capillare studio di tutte le situazioni in cui vi sono, ad esempio, scarichi. La frequenza delle analisi si determina in base al peso di queste pressioni. Inoltre si vanno ad individuare dei parametri fisico-chimici legati ai nutrienti come ammonio, nitrati, fosfati.

Anche dal punto di vista biologico sono stati individuati una serie di indicatori. Tra questi i macroinvertebrati, le diatomee e la fauna ittica per i corsi d'acqua, e fitoplancton, i macroinvertebrati e le macrofite per i laghi.

La valutazione viene fatta rapportando i risultati dei corpi idrici monitorati con quelli di siti privi di pressioni. Il risultato finale è espresso dal valore peggiore emerso nel corso delle analisi.

Quale situazione state rilevando nella nostra Provincia?

Generalmente la situazione è buona. Esistono però dei corpi idrici che hanno delle criticità. Esiste anche un buon numero di corpi idrici che risultano in una situazione di qualità elevata. In questo caso la normativa è

molto precisa nel tutelare queste situazioni. Il Piano di Tutela infatti deve prevedere il mantenimento di questo livello di qualità.

A cosa sono legate invece le criticità?

Sono sostanzialmente due le problematiche che creano delle criticità su alcuni corpi idrici. In parte possono essere legate alla depurazione ma fortunatamente gran parte del territorio è ben servito. Uno dei problemi è anche l'agricoltura intensiva.

Come si possono risolvere i problemi legati all'agricoltura?

Lo scambio continuo di informazioni con le associazioni di agricoltori, viticoltori e allevatori è fondamentale. Alcune misure previste nel Piano di Tutela stanno mostrando la loro funzione migliorativa. Ad esempio alcuni prodotti fitosanitari sono stati vietati nei disciplinari dei produttori stessi in determinate aree vicino ai corsi d'acqua in cui si erano riscontrate criticità.

Rimane fondamentale la formazione. Spesso comportamenti molto dannosi sono semplicemente il frutto di una mancanza di consapevolezza. Oggi gli argomenti relativi alla qualità delle acque sono inseriti nel corso per il conferimento e il rinnovo del cosiddetto "patentino" per fitosanitari.

Che ruolo ha la biodiversità per i corsi d'acqua?

Tutti gli indici biologici considerati nei monitoraggi tengono conto della componente biodiversità: quanti più gruppi, famiglie e specie diverse vengono individuate nell'ambiente migliore è la sua

qualità. La presenza di una forte biodiversità aumenta anche la capacità del corso d'acqua di autodepurarsi e rigenerarsi.

Ma perché è così importante che le acque che attraversano il nostro territorio siano sane?

Conosciamo tutti l'importanza di vivere in un ambiente sano e in un ambiente pulito e questi sono valori fondamentali da tutelare perché hanno a che fare con la qualità della vita, la nostra salute e il futuro.

Ma anche dal punto di vista economico acque sane portano un vantaggio. Se un corpo idrico, infatti, è in grado di esercitare i suoi processi naturali di autodepurazione e riciclo delle acque, lavora al posto nostro evitando i grandi costi della depurazione.

La vocazione turistica della nostra provincia ci impone inoltre di garantire la massima cura nel conservare il territorio e garantire la massima sostenibilità nella gestione degli usi delle acque da parte dell'uomo.

Ricordiamoci poi che vivendo in una realtà montana abbiamo una responsabilità grandissima anche nei confronti dei confinanti "a valle". Consideriamo, ad esempio, che a Piacenza d'Adige esiste un acquedotto sul fiume Adige dove viene prelevata acqua che, dopo opportuno trattamento, è usata per fini potabili.

Analizzare l'acqua è un sistema per valutare la salute del territorio, che è come un organismo. Analizzando un corso d'acqua infatti si riesce a capire cosa non funziona nel territorio che sta intorno, per individuare possibili interventi di soluzione.

Quali sono le prospettive future?

Nel corso del 2021 uscirà il nuovo Piano di Tutela, a cui stiamo lavorando da molto e inizieranno i lavori per il nuovo piano che sarà pubblicato nel 2027. Un aspetto molto positivo è che le nuove generazioni di imprenditori agricoli si mostrano molto sensibili a questi temi. Nelle nostre occasioni di formazione stiamo avvertendo sempre più la necessità da parte degli operatori di conciliare uso del suolo a scopo agricolo con la sostenibilità ambientale.



L'Avisio in Val di Cembra, scrigno di biodiversità

di Elisa Travaglia

Il torrente Avisio nasce dal Lago di Fedaiia, alla base del ghiacciaio della Marmolada, e attraversa le valli di Fassa, Fiemme e Cembra fino a riversarsi nel fiume Adige.

Nel tratto cembrano, l'Avisio divide nettamente le due sponde della valle, scorrendo nella forra incisa nel porfido: qui il torrente assume spiccate caratteristiche di naturalità, creando un ambiente selvaggio, scrigno di biodiversità vegetale e animale, ed estremamente eterogeneo: impressionanti forre e rocce a picco sull'acqua si alternano a spiagge di sabbia dorata.

Il tratto cembrano del corso dell'Avisio ha infatti caratteristiche molto diverse da quelli a monte, essendo inserito in un'incisione fluviale a "V" molto stretta, con versanti fortemente digradanti e spesso impervi e rocciosi. La fascia che fiancheggia il corso è di solito ampia e ben strutturata, con abbondante vegetazione di riva (anche se spesso purtroppo infestata da piante esotiche di recente comparsa).

A monte della Valle di Cembra, il torrente è sbarrato da quattro bacini artificiali costruiti a scopo idroelettrico; tre di essi restituiscono l'acqua al di fuori del bacino dell'Avisio, riducendone fortemente la portata naturale. Dall'anno 2000, con l'entrata in vigore in Trentino dell'obbligo di rilascio del deflusso minimo vitale (DMV) a valle delle derivazioni idriche (cioè di una quantità di acqua sufficiente a garantire la vita dell'ecosistema fluviale), sono state scongiurate le situazioni, frequenti in precedenza, di drastica diminuzione delle portate (fino al prosciugamento del corso!), dannosissime dal punto di vista ecologico. Attualmente la portata in Valle di Cembra rimane compresa durante l'anno tra 3,5 e 9 mc/sec. L'indice di funzionalità fluviale, che "misura" lo stato di salute del corso, è sempre compreso tra i valori di buono ed eccellente con una buona qualità dell'acqua. Per migliorare ancora la salute del fiume rimangono da risolvere i problemi di

inquinamento dovuti agli scarichi civili dei centri abitati che non dispongono ancora di un efficiente sistema di depurazione.

Ciò nonostante l'Avisio mantiene una mirabile naturalità, buone capacità di autodepurazione e una varietà di habitat sufficiente a ospitare una fauna, sia di invertebrati che ittica, varia e ben strutturata.

Il torrente Avisio è rifugio della pregiata trota marmorata (*Salmo trutta marmoratus*), di indiscusso valore naturalistico poiché endemica di un areale piuttosto ristretto; rilevante anche la presenza dello scazzone (*Cottus gobio*), una specie di pesce bentonica, cioè vivente sul fondo dell'alveo che necessita di acque fresche, limpide e ben ossigenate, necessarie

Per migliorare ancora la salute del fiume rimangono da risolvere i problemi di inquinamento dovuti agli scarichi civili

anche agli amanti delle acque rapide e turbolenti come il barbo comune (*Barbus plebejus*) e il barbo canino (*Barbus meridionalis*).





Completano l'elenco dei pesci presenti nell'Avisio il cavedano (*Leuciscus cephalus*), la sanguinerola (*Phoxinus phoxinus*), il temolo (*Thymallus thymallus*), la trota fario (*Salmo [trutta] trutta*), l'iridea (*Oncorhynchus mykiss*) e infine gli ibridi marmorata x fario (*Salmo [trutta] marmoratus x trutta*).

Oltre alle diverse specie di pesci del torrente, va ricordato che il corso e le sue rive sono ambienti preziosi per numerosi altri animali, tra cui soprattutto gli anfibi, le bisce d'acqua e varie specie di uccelli. Anche i torrenti montani che scendono dai ripidi versanti della valle sono habitat importanti per la fauna e qualcuno di essi è popolato da pesci.

Il torrente Avisio è anche protagonista e testimone dell'economia rurale della valle di Cembra: è lungo il suo corso che nei secoli si sono concentrati piccoli ma fondamentali centri di produzione agricola e artigianale: mulini, fucine, segherie, calcare, masi contadini, pascoli e campi coltivati. Le devastanti alluvioni del 1882 e del 1966 hanno trasformato il corso del torrente e distrutto i centri di quell'economia rurale già profondamente minacciata dalla modernità. Oggi, numerosi opifici, alcuni dei quali ristrutturati, restano a testimoniare questa preziosa eredità mentre interessanti progetti di recupero di strutture e di coltivazioni, ad opera di piccole aziende agricole, seminano nuova speranza.

Il racconto di un torrente selvaggio

Recentemente la Rete di Riserve Val di Cembra Avisio ha pubblicato il volume *L'Avisio in Val di Cembra: racconto di un torrente selvaggio*. Una pubblicazione, curata da Do.it - Ambiente Trentino, interamente dedicata a questo splendido torrente: al suo valore naturalistico, al suo ruolo fondamentale nella storia e nell'economia della Valle di Cembra, alle possibilità di visitarlo e di esplorare l'affascinante ambiente fluviale che lo caratterizza.

Attraverso i preziosi contributi di Alessandro Ghezzer, Aldo Martina, Davide Allegri e Marco Vettori, il libro ci accompagna in un viaggio lungo il torrente Avisio, soffermandosi sulla sua ricchezza faunistica e vegetazionale, sul suo ecosistema dinamico e di elevata qualità, sui diversi volti e ruoli che il torrente ha assunto nella storia e nell'economia delle valli che attraversa, sui tanti edifici rurali, masi abbandonati e paesi fantasma che restano

a testimoniare un mondo quasi interamente scomparso.

Allegato al libro, si trova una piccola guida, curata da Alessandro Ghezzer, che contiene 10 percorsi di trekking che conducono al torrente Avisio permettendoci di cogliere l'essenza della Val di Cembra: i piccoli paesi, i campi terrazzati, gli antichi masi rurali, la bellezza selvaggia dell'Avisio, la civiltà rurale che viveva in simbiosi col territorio, coi suoi mulini, le segherie, le fucine, il duro lavoro nei campi.

Sul sito della Rete di Riserve Val di Cembra Avisio www.reteriservevaldicembra.tn.it è possibile scaricare la versione elettronica del volume, mentre chiunque volesse avere una copia cartacea, può ritirarla gratuitamente presso la sede della Comunità della Valle di Cembra (piazza S. Rocco 9, Cembra Tel. 0461 680032) e presso gli uffici dei Comuni della Rete di Riserve (Altavalle, Segonzano, Sover, Cembra Lisignago, Lona Lases, Albiano, Capriana, Valfloriana).

La Rete di Riserve Val di Cembra Avisio

La Rete di Riserve Val di Cembra-Avisio è nata nel 2011 grazie a un accordo volontario tra la Provincia Autonoma di Trento e alcuni enti locali e ad oggi coinvolge i Comuni di Altavalle, Capriana, Segonzano, Cembra Lisignago, Lona Lases, Albiano, Valfloriana e Sover, oltre alle Comunità di valle della Val di Cembra (ente capofila della Rete) e della Val di Fiemme, il Consorzio dei Comuni BIM Adige, la Magnifica Comunità di Fiemme e le ASUC di Rover Carbonare, Lases e Lona.

La Rete di Riserve realizza azioni di conservazione attiva della natura, attività di educazione ambientale e progetti di sviluppo sostenibile del territorio, con un'attenzione particolare agli habitat di maggior pregio naturalistico: tra questi, il torrente Avisio rappresenta un ambiente ancora incontaminato e selvaggio, scrigno di biodiversità vegetale e animale, ed eccellenza indiscussa del territorio cembrano.



Contatti:

Rete di Riserve Val di Cembra Avisio
Comunità della Valle di Cembra
piazza San Rocco 9, 38034 Cembra
Lisignago (TN)
Tel. 392 6161830 - 0461 680032
reteriservecembra@gmail.com
www.reteriservevaldicembra.tn.it



A proposito di energia sostenibile.

Il Monte Baldo e la Centrale sul Garda. Una storia da ricordare.

di Michele Nardelli

La vicenda che vado a raccontare non ha avuto a suo tempo la risonanza che avrebbe meritato, forse perché è stata bloccata per tempo, prima cioè che le ruspe e le trivelle di mettessero in azione. Ma se, per una volta, l'intervento preventivo della società civile e delle istituzioni ha impedito lo scempio, sarebbe comunque importante averne consapevolezza e farne tesoro.

A parlarne ora sembrerebbe una pazzia, ma vi assicuro che gli interessi e i potentati in campo erano tutt'altro che trascurabili.

Nel 2008 vennero presentati alla Provincia Autonoma di Trento due progetti molto simili far loro da parte di due diverse cordate imprenditoriali, quella sudtirolese della Eisackwerk e quella della Progetto Altissimo srl che nelle sue fila vedeva presenti il gotha dell'imprenditoria regionale e lombarda.

L'idea, in buona sostanza, era quella di pompare quotidianamente l'acqua del Lago di Garda, attraverso un sistema di gallerie lungo 16 chilometri nel cuore del Monte Baldo fino a 1.600 metri, dove sarebbe stato realizzato un bacino di raccolta che nella versione più impattante avrebbe dovuto raccogliere 1,6 milioni di metri cubi d'acqua, per poi riversarla in condotta forzata nel lago in località Tempesta (non distante da Torbole) con una potenza di turbinamento fino a 1440 megawatt.

Pompare questa enorme quantità d'acqua avrebbe impiegato più energia di quella prodotta nel rilascio a valle, ma la differenza l'avrebbe fatta il valore altalenante della corrente, pompando quando l'energia costava meno e rilasciandola nelle ore in cui la domanda era maggiore e il prezzo di mercato dell'energia era più elevato. Insomma, un progetto di natura commerciale, che con l'energia sostenibile non centrava proprio nulla.

Eppure i proponenti parlavano di sostenibilità. L'impatto sarebbe stato tremendo. Sedici chilometri di gallerie per 11 metri di diametro, cui si aggiungevano altri cinque chilometri di tunnel di penetrazione e cunicoli in una montagna considerata sito naturale di interesse comunitario, corrispon-

devano ad un totale variabile fra i 3 e i 4 milioni di metri cubi di roccia da asportare. Almeno 8 falde acquifere sarebbero state interessate, con annesse sorgenti di valore storico e ambientale. Per non parlare degli effetti sul delicato ecosistema del Lago di Garda. Un enorme cantiere nella zona di Mala e nella Busa del Parol. Nonché cinque anni di lavori impattanti in un'area turistica di particolare pregio.

I progetti erano negli uffici provinciali per l'iter di esame, l'azione lobbistica per catturare il consenso verso l'opera in corso. Ma l'iniziativa delle associazioni ambientaliste dell'Alto Garda, la preoccupazione delle istituzioni locali per l'impatto sui loro territori, l'attenzione di una parte della stampa locale non rimasero isolate.

Con un ordine del giorno (1) presentato in Consiglio Provinciale da chi scrive (allora consigliere provinciale e membro della Commissione urbanistica e ambiente) e del presidente della Terza Commissione Roberto Bombarda, vincolammo la Provincia ad evitare che in Trentino venisse consentita la costruzione di bacini artificiali di accumulo in quota in contrasto con il rispetto del patrimonio ambientale e naturalistico locale.

Fu il colpo di grazia e poche settimane dopo con delibera della Giunta provinciale i due progetti vennero respinti.

Da allora sono passati più di tredici anni. C'è da chiedersi che cosa sarebbe accaduto se fosse stato dato il via libera a quella folle idea. Periodicamente il Lago di Garda, uno dei più importanti ecosiste-

mi dell'arco alpino, è sottoposto a varie forme di aggressione da parte di quegli stessi interessi che non hanno mai smesso di guardare all'ambiente non come un bene comune da salvaguardare e da riconsegnare alle generazioni future ma come un'occasione di profitto privato.

Le storie del lago da raccontare sarebbero innumerevoli, spesso nascoste nei suoi 346 metri di profondità, anche in relazione al fatto che questo sistema unitario e complesso è regolato da legislazioni diverse a seconda delle Regioni di riferimento. O sottoposto a servitù militari mai scritte ma in vigore di fatto, come quando nel 1999 vennero scaricate nel lago dagli aerei della Nato di ritorno dai bombardamenti nei Balcani un numero imprecisato di bombe "arricchite" da uranio impoverito.

Eppure, malgrado tutto, il Lago di Garda continua a rappresentare quello straordinario ecosistema che ha affascinato e continua ad affascinare scrittori e poeti, che muove i venti ed il corso delle stagioni, alimentando un grande patrimonio di biodiversità che siamo chiamati a rispettare e tutelare. Quel lago che, oltre i confini dell'uomo, ci accomuna e ci mette in relazione.

E' a questo che pensiamo quando parliamo della Slow Food degli ecosistemi.



EL PESCADOR

La storia dell'unico pescatore del Garda trentino



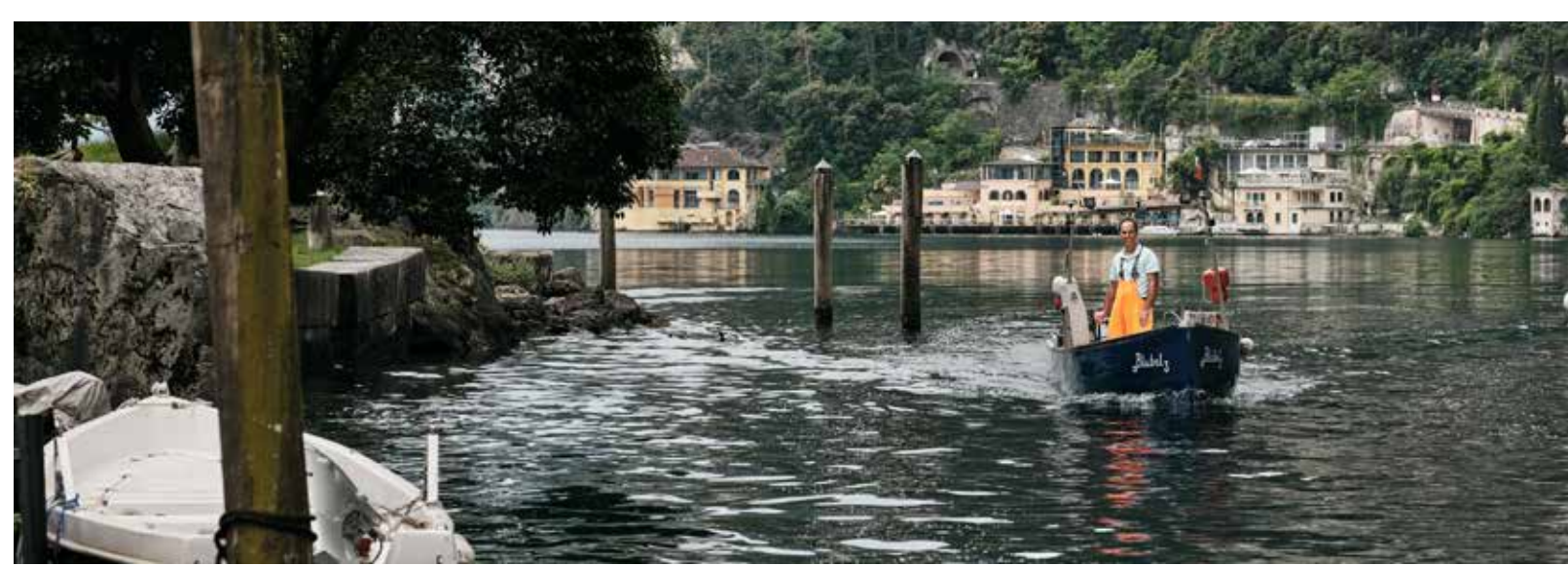
di Tommaso Martini | foto: Sabrina Bortolotti e Andrea Giacomelli | www.ilcompanatico.it

Sei anni fa **Alberto Rania** ha lasciato il posto fisso in cartiera per seguire la passione di una vita: la pesca. Fin da bambino amava il lago e negli anni ha imparato a conoscerlo a fondo, studiando le correnti, la profondità dei fondali, i luoghi dove si può pescare la tinca o quelli dove invece è più facile trovare persico o coregoni. Il sogno di poter dedicarsi a questa passione si realizza, abbandonate tirlindana e canna si passa alle reti da posta e Alberto diventa per tutti **“el pescador”**.

Sceglie un lavoro di fatica e pieno di incertezze ma non tornerebbe mai indietro, racconta con passione e entusiasmo. Può vivere libero, a contatto con la natura, seguendo i ritmi delle stagioni e dei cicli lunari, raccogliendo grandi soddisfazioni e qualche illusione. Con la consapevolezza e la responsabilità di essere rimasto l'ultimo pescatore dell'alto Garda.

Alberto esce con la sua barca all'imbrunire, dopo il tramonto, quando sul Lago di Garda cala finalmente il vento ed è possibile posizionare le reti. Ogni sera in un luogo diverso seguendo una mappa che Alberto si è creato con una vita di esperienza. La pesca avviene nell'arco di cinque o sei chilometri da Riva e Torbole con delle reti da posta selettive che non creano danni all'ecosistema e che catturano solo il pesce della giusta misura.

Anche il pesce ha la sua stagionalità. In estate le giornate sono più frenetiche e lunghe e il lago è ricco di coregoni, sardine, lucci, tinche e persico. In inverno invece il lago è meno attivo, alcuni pesci come la tinca sono in letargo. Prima dell'alba, tra le tre e le cinque di mattina, Alberto torna al largo a ritirare le reti, rientra al porto e poi trasferisce il pescato nel suo laboratorio dove inizia a sfilettare e dividere gli ordini



della giornata. Gli affezionati clienti lo raggiungono qui ogni giorno. E sono tanti gli abitanti della Busa che quotidianamente possono mettere in tavola il pesce del lago grazie al lavoro di Alberto. La sua attività ha permesso in qualche modo di ricreare quel rapporto tra il lago e la città che era ormai andato perduto insieme all'usanza di pescare e nutrirsi dei frutti del Garda. "El pescador" ha contribuito a far rinascere una tradizione che, fino agli anni Sessanta, caratterizzava l'area. Prima del boom del turismo, infatti, l'economia di Riva del Garda e di Torbole si basava principalmente sulla pesca, un modello spazzato via per cedere il passo a lavori che garantivano redditi migliori con meno fatica. E a ciò si aggiunsero nei decenni successivi gravissimi problemi di inquinamento che causarono un tracollo del lago facendo addirittura sparire alcune specie. Per decenni nel Garda era impossibile

pescare il luccio o il persico. Poi, lentamente, è cominciata a formarsi una prima coscienza ambientale, sono entrati in funzione i depuratori, e nel Garda sono tornati alcuni salmonidi testimoni che la qualità dell'acqua è migliorata. Discorso a parte merita il carpione, pesce endemico del Garda la cui esistenza è accertata solo in questo lago. Un pesce che si riproduce in profondità e in pochissimi punti dove si sono create delle particolari condizioni. Gli anziani si ricordano che fino agli anni Quaranta era un pesce abbastanza comune seppur da sempre pregiato, pescato solo per esser venduto nelle migliori tavole. Poi la lenta scomparsa, forse causata dalla costruzione delle strade lungo il versante occidentale che hanno cambiato le condizioni ambientali dei luoghi di riproduzione. Sperimentazioni e ricerche per evitarne la scomparsa hanno permesso



di renderlo disponibile come pesce di allevamento ma non sono state in grado di mettere al riparo dall'estinzione il **carpione selvaggio** che oggi è anche un **Presidio Slow Food**, proprio nell'intento di tutelare i pochi esemplari superstiti.

Ma il pesce preferito da Alberto è la trota di lago, la regina del Garda. Un pesce bellissimo, "furbo" e molto buono, rarissimo tanto che Alberto riesce a pescarne una ventina l'anno e quando succede è una gran festa.

Una pesca rispettosa del lago quella di Alberto, attento a non alterare gli ecosistemi e al contempo valorizzare al massimo quello che offre il Garda nella parte trentina grazie alle forti correnti, alla presenza di plancton, all'assenza di grandi imbarcazioni. Alberto vende tutto in giornata, non congela nulla. Riesce così a offrire un prodotto con carni morbide e saporite, a filiera corta e senza trasformazioni artificiali. Se la quasi totalità dei suoi clienti sono gli abitanti della Busa, Alberto ha mantenuto il contatto con qualche amico ristoratore che ogni tanto scende fino a Riva del Garda per ritirare un po' di pesce e arricchire i propri menù. E i nomi sono quelli dell'**Alleanza Slow Food dei cuochi**: Fiorenzo Varesco dell'Osteria Storica Morelli, Riccardo Bosco del Boivin, Paolo Betti del Rifugio Maranza e Sergio Valentini della Locanda delle Tre Chiavi.

Guardando al futuro Alberto è preoccupato perché la pesca sul Garda sta scomparendo. Se "el pescador" è l'unico pescatore della parte trentina, in tutto il lago ormai sono rimasti una sessantina di pescatori e non tutti lo fanno come una professione. E i giovani sono pochissimi da poterli contare sulle dita di una mano. La speranza è che qualche giovane possa scoprire la passione per questa professione così antica ma al contempo così moderna nel suo sbaragliare i ritmi della nostra quotidianità per sposare quelli della natura e delle proprie passioni.



La ricetta de “el pescador” | Spiedino di sarde



INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

8-10 filetti di sarde,
50 g pane grattugiato,
15 g pinoli,
1 spicchio aglio,
prezzemolo tritato,
olio evo,
vino bianco,
sale e pepe q.b.

PROCEDIMENTO:

Preparare i filetti da sarda lasciandoci la pelle.
In una padella antiaderente fare soffriggere l'olio e l'aglio tritato, aggiungere i pinoli e il pane grattugiato con il prezzemolo tritato.
Salate e pepate i filetti e fatevi aderire il composto.
Arrotolate il filetto e trapassatelo con lo spiedino di legno.
Ripetete il procedimento per tutti i filetti e preparate lo spiedino mettendo nella parte alta del filetto la parte di composto in esubero.
Mettete gli spiedini in una pirofila da forno, aggiungete un filo di olio, il succo di limone e una spruzzata di formaggio grana grattugiato.
Cuocete in forno a 200° C per 20 minuti, aggiungendo un po' di vino bianco durante la fase di cottura.
Impiattate aggiungendo un filo di olio extravergine di oliva e buon appetito.

“el pescador”

PAROLA AGLI CHEF SULLE 3 SPONDE

Isidoro Consolini

Cuoco dell'Hotel Romeo
Torri del Benaco

Pesce preferito?

Il lavarello che apprezzo per la sua versatilità.

La ricetta del cuore?

Il "Lavarello all'antica" in cui ripropongo questo pesce di lago nei sistemi di conservazione di una volta: sottosale, marinato e in carpione accompagnato dall'olio extravergine del Garda e dalle foglie di limone

Con che vini la abbinati?

Con il Chiaretto Bardolino DOC o il Custoza DOC dell'Azienda Agricola Cavallina di Sommacampagna.

Dove acquisti il pesce di lago?

Il lavarello dalla Cooperativa pescatori a Garda, da allevamenti di fiducia quando la stagione non aiuta.

Qual è il rapporto dei locali con il pesce di lago?

Il rapporto con il pesce di lago si sta ri-

Andrea Franceschini

Vinora Bistrot
Desenzano del Garda

Pesce preferito?

In verità sono due. Da una parte un pesce fortemente legato ai laghi lombardi: il luccio. Un pesce che è una sfida perché non semplice da far comprendere alla clientela, difficile da reperire e anche costoso visto l'impegno necessario a lavorarlo e deliscarlo.

E poi l'anguilla che per me è legata a una tradizione e ai ricordi di famiglia e ai miei nonni che ne erano ghiotti

La ricetta del cuore?

Una versione arrangiata del saor di origine veneta, legata alla tradizione lacustre della zona di Salò che prende il nome di sisam. Una antica tecnica di conservazione del pesce che si utilizza con le sarde ma anche il coregone. Il pesce viene poi fritto e disposto a strati e messo via sott'olio.

Un'altra ricetta che amo particolarmente è il Tortello con ripieno di tartare di coregone abbinato al limone salato e salvia.

Con che vini le abbinati?

La sisam con il Gropello Classico Riviera del Garda DOP dell'Azienda Agricola Cantrina di Bedizzole.

I tortelli con la Nosiola di Gino Pedrotti.

scoprendo in questi anni anche grazie alla ristorazione di qualità che si è impegnata per lavorarlo meglio. Fino a pochi anni fa lo si proponeva alla griglia o bollito, tecniche che non lo valorizzavano e certamente non lo rendevano preferibile al pesce di mare. Oggi si è compresa l'importanza della sfilettatura fatta con cura e dell'utilizzo delle tecniche adeguate per valorizzarlo.

I turisti ricercano il pesce di lago?

Anche in questo caso negli ultimi anni il turista ha iniziato a richiederlo di pari passo con il miglioramento del livello del turismo. Si sta superando la logica del turista mordi e fuggi che si accontenta degli spaghetti al pomodoro e della cotoletta e anche il turista straniero ha affinato il gusto e conosce il prodotto. Il pesce di lago sta iniziando a far parte dell'esperienza turistica.

Come vedi le prospettive future?

La pandemia ha sicuramente fatto piazza pulita di molti locali che non lavoravano bene e ci ha spinti ancor più a migliorare la qualità.

Dove acquisti il pesce dilago?

Tutte le volte che riesco dai pescatori, quando non è possibile dall'allevamento Armanini.

Qual è il rapporto dei locali con il pesce di lago?

Credo che il pesce di lago faccia parte dell'identità gastronomica dei nostri nonni. Poi si è un po' perso l'uso di mangiare il pesce di lago anche perché l'abitudine è votata a sapori più forti che possono dare i pesci di mare. La tradizione ci ha però regalato molte ricette per gustarlo, pensiamo alle sarde in saor, al luccio in concia alla gardesana.

I turisti ricercano il pesce di lago?

Negli ultimi anni si ma purtroppo il 95% dei ristoranti lungo il lago cucinano pesce di mare.

Il pesce di lago ha anche un problema di prezzo. La lavorazione complessa necessaria per pulirlo in modo corretto richiede molto impegno e manodopera che si riflette sul prezzo dei piatti.

Come vedi le prospettive future?

Nel nostro piccolo cercheremo di pro-



porlo e farlo conoscere sempre più sperando che siano sempre più ristoratori a comprendere le potenzialità del pesce di lago per la nostra cucina.



Sebastian Sartotelli

Hosteria Toblino - Sarche

Pesce preferito?

Il lavarello. È da tre anni che guido la cucina di Hosteria Toblino e il nostro benvenuto sono da allora le polpettine con lavarello del Garda, maionese al limone. È un pesce sottovalutato, pieno di lisce, ma l'antica ricetta della nonna rivista in chiave moderna lo rende sfizioso.

La ricetta del cuore?

È uno dei nostri signatur dish: lo spaghetti all'acqua di rapa rossa con chevice di lavarello e noci del Bleggio Presidio Slow Food.

Uno spaghetti che è alla base un aglio e olio e peperoncino Trentino di Maurizio Zanghielli, cotto nell'acqua di rapa estrat-

ta a freddo. La chevice, stile di marinatura peruviana, lo valorizza in chiave moderna

porto identitario con i locali che forse si era perduto.

Con che vini la abbinati?

Chardonnay Trentino DOC "Foll" biologico della Cantina di Toblino

Dove acquisti il pesce dilago?

Cerco di rapportarmi direttamente con il pescatore, Alberto Rania, anche per poter poi trasmettere questa conoscenza ai nostri clienti. Da lui di solito ci riforniamo di lavarello, luccio e sarde. Dall'allevamento Trota Oro invece acquistiamo salmerino e torta.

Qual è il rapporto dei locali con il pesce di lago?

Il fatto che sta tornando a esser presente nei ristoranti sta anche ricreando un rap-

I turisti ricercano il pesce di lago?

Purtroppo l'offerta di pesce di mare, anche in riva al Lago, è ancora predominante e spesso il pesce di lago veniva proposto in ricette molto tradizionali con le quali il pesce di lago non regge il confronto con quello di mare. Ma ora che alcuni colleghi iniziano a valorizzarlo anche il turista lo sta scoprendo.

Come vedi le prospettive future?

Valorizzando si riuscirà a dare al pesce di lago sempre più spazio sulle nostre tavole. C'è tutta una tradizione da reinventare, la mia idea è quella che è fondamentale conoscerla la tradizione per poter però fare cose nuove.



Alessandro Manzana e Matteo Zanoni

Le Servite - Arco

Pesce preferito?

Il luccio. Perché oltre che buono è spesso fonte di storie leggendarie da parte dei pescatori. Inoltre non abbondante come altre specie.

La ricetta del cuore?

Il luccio in umido, una ricetta che si può interpretare in molti modi e sempre succulenta.

Con che vini la abbinati?

Vino Bianco Trentino "Olivar" di Cesconi.

Dove acquisti il pesce dilago?

Il pesce fresco da Andriano, pescatore di Malcesine. Da lui compro anche il carpione rigorosamente di allevamento. Per le trote e i salmerini il riferimento è l'allevamento Armanini.

Qual è il rapporto dei locali con il pesce di lago?

Nel nostro ristorante il pesce di lago, o comunque d'acqua dolce, è l'unica proposta

di pesce. La nostra clientela lo apprezza o lo ricerca.

I turisti ricercano il pesce di lago?

Non molto, riscontriamo una certa attenzione da parte dei turisti italiani.

Come vedi le prospettive future?

Da oste, vorrei poter incrementare sempre più l'offerta ittica lacustre, sarebbe bello diventasse un orgoglio di tutti i ristoratori gardesani, pur consapevole che il nostro Lago, già in sofferenza non potrebbe soddisfare la richiesta.

Progetto di reintroduzione dell'alborella nel Garda

a cura degli Amici della Tirlindana

L'Unione Pescatori Sportivi del Garda che racchiude la quasi totalità delle associazioni di pesca sportiva che si affacciano sul lago di Garda, tra le quali anche gli Amici della Tirlindana di Riva del Garda, ha dato vita nel 2019 ad un importante progetto di reintroduzione dell'alborella nel Garda.

Meglio conosciuta come Aola o Agola, l'alborella è stata abbondantissima nel Benaco fino alla fine del secolo scorso, poi un veloce declino che la ha portata oggi ad una fase di preestinzione, non chiari i motivi, a detta dei tecnici di questa rapida regressione. Nel 2019 sotto la supervisione dell'ittiopatologo Andrea Giacinti e la collaborazione della Regione Veneto, si sono svolti due test, a Malcesine e Brenzone, sono stati in pratica creati dei letti di frega artificiali, (delle semplici cassette con ghiaia adatta) poste in acqua in una zona dove le alborelle sono ancora presenti e si è aspettato che i pesci andassero sui letti di frega a depositare le uova, il giorno dopo si sono trasportate le cassette con la ghiaia con attaccate le uova nelle gabbie predisposte e lì le uova si sono schiuse al 95 per cento. un vero



successo quindi il primo tentativo, nel 2020 a causa della pandemia in atto si è dovuto sospendere tutto, nel 2021 UPS del Garda ha voluto coinvolgere più zone del lago deve attuare il progetto, ha aderito la provincia Autonoma di

Trento e la Regione Veneto, i comuni individuati grazie all'interessamento di e l l e Amministrazioni sono stati: Riva del Garda, Malcesine, Brenzone, Garda, Bardolino e Lazise.

A Riva è stata scelta la riserva naturale di Val Gola nata proprio con l'intento di favorire la riproduzione di alcune specie di pesci tra i quali proprio l'alborella e il cavedano. Per la parte trentina è stata fondamentale la sinergia di intenti che ha portato in tempi brevissimi e grazie alle video conferenze intercorse, a

raggiungere un protocollo di intesa operativo tra Servizio Faunistico della PAT, Bacini Imbriferi Montani, Amministrazione Comune di Riva del Garda e associazione Amici della Tirlindana. Il lavoro è stato svolto dai volontari di UPS del Garda e di Amici della Tirlindana con l'aiuto della Sezione di Riva della Forestale, i costi vivi del progetto sono stati spartiti tra Amministrazione Comunale di Riva e BIM.

Tra pochi giorni in Val Gola si schiuderanno le uova, milioni di avannotti di alborella inizieranno la loro avventura nel nostro grande lago, la nostra speranza è di riuscire a far ripartire questa specie fondamentale per l'ecosistema lago. Il progetto si protrarrà per i prossimi tre anni dopo di che si pensa che il numero di alborelle introdotte dovrebbe essere tale da poter iniziare a riprodursi in modo naturale come avveniva nel passato. Esiste quindi la speranza di poter tornare in un futuro prossimo a potersi gustare un bel piatto di alette fritte. Gli Amici della Tirlindana ci tengono a ringraziare UPS del Garda, Servizio Faunistico della PAT, BIM, Amministrazione del Comune di Riva del Garda e Servizio Forestale sezione di Riva per tutto l'aiuto offerto.



La Troticoltura Vinante

storia di una famiglia

di Tommaso Martini

Una deviazione dalla strada principale che attraversa la Val di Fiemme inerpicandosi nel cuore delle Alpi ci porta alla Troticoltura Vinante. Superato un piccolo ponte sull'Avisio, nascosta dietro un folto boschetto, non ci si aspetta di trovarsi in un'oasi votata all'itticoltura. Si capisce subito che si parla di una storia di passione, laboriosità e famiglia quando si incontra Amneris, esponente della terza generazione che qui, a Masi di Cavalese, alleva trote e salmerini. Ma già si incrociano, in cucina e scorrazzare nel giardino, la quarta e la quinta generazione di questa azienda ormai tutta al femminile che ha attraversato il Novecento e ora è proiettata verso le nuove sfide.

Il capostipite a inizio secolo scorso fu il nonno materno Agostino Vinante. Appassionato pescatore iniziò a allevare pesci proprio in questo luogo dove passava un canale. Il pesce veniva venduto a Cavalese dalla madre alle famiglie più benestanti del paese. A fine anni Cinquanta i genitori di Amneris prendono in mano l'azienda. Da una parte la madre Tullia, scomparsa pochi mesi fa, dall'altra il padre che elabora la filosofia di allevamento che ancora oggi guida l'azienda. Imparando tutto a proprie spese e dai propri errori.

Negli anni Ottanta la troticoltura comincia a prendere la forma attuale. Vengono scavati i pozzi per avere un'acqua più pura rispetto a quella del fiume, si abbassa l'impianto e si realizzano le nuove vasche. Proprio sotto il vecchio canale vengono individuate delle sorgenti molto ricche di acqua purissima. Viene abbandonata la trota iridea per concentrarsi solo sull'allevamento della trota fario e del salmerino che amano le acque pulite e fredde delle vasche.

Il ciclo produttivo della troticoltura è autosufficiente. Verso novembre -dicembre nei locali dedicati agli incubatori, costruiti in modo artigianale dal nonno, si depositano le uova. Dopo 45-50

giorni ne nascono i girini che ad aprile vengono portati nelle vasche a loro dedicate. Nell'allevamento i pesci crescono lentamente. Dopo tre anni il loro peso è di soli 3/400 grammi. È la scelta del mangime che determina questo sviluppo graduale, un mangime magro selezionato con grande attenzione da Amneris. Anche perché i pesci qui non hanno bisogno d'altro. L'habitat giusto ed equilibrato li tiene lontani da malattie, non servono antibiotici o trattamenti, il pesce è sano. Il libro dei trattamenti riposa nei cassetti da più di trent'anni.

Il laboratorio e l'agriturismo sono arrivati negli ultimi anni. Nel 2014 è iniziato il lavoro di affumicatura e marinatura dei filetti per realizzare dei prodotti di alta qualità. Tre anni dopo è stato aperto il piccolo ristorante. Amneris ricorda che a metà anni Settanta i genitori dovettero scegliere tra ampliare l'attività occupandosi anche di ristorazione o far studiare la figlia appassionata di lingue straniere. Amneris è andata all'Università a Verona, si è laureata in russo e ha lavorato come insegnante fino al 2013. Aprire l'agriturismo è stato il coronamento del sogno dei genitori, una restituzione che trova il suo





pesta ha messo a rischio decenni di impegno e di lavoro. Un rigagnolo che scorreva a poca distanza è esondato inondando i prati circostanti e trovando sbocco proprio nel piccolo avvallamento contenente le vasche. Le vasche sono state mischiate, molti pesci portati via dall'impeto della corrente. A tempesta placata su 60.000 pesci ne erano rimasti poche centinaia. Ma la tenacia della famiglia Vinante ha sopraffatto lo scoramento. Hanno deciso di ricostruire l'allevamento con la propria forza, partendo dai pesci superstiti e dandosi il tempo di ripopolare le vasche. Lentamente, come è nel loro animo, ma senza compromessi. A distanza

di tre anni e mezzo i pesci sono ancora pochi e di piccole dimensioni. parato per loro. Sono i cuochi che hanno veramente a cuore il territorio e il cibo buono, pulito e giusto. Sono gli amici dell'Alleanza Slow Food dei Cuochi e pochi altri. Arrivano anche tanti privati e turisti per portate in tavola il pesce genuino frutto di una storia familiare unica e di una viscerale ricerca dei sapori genuini.



Troticoltura Vinante
Via Chiesa, 2
Masi di Cavalese TN
0462 340367

troticolturavinante.it/it
fb: [troticolturavinante](https://www.facebook.com/troticolturavinante)

La guida Osterie d'Italia 2020 ha premiato l'Agritur Troticoltura Vinante e Amneris come la Miglior osteria donna della Provincia di Trento.

A poche centinaia di metri dalla trotticoltura è possibile visitare l'Agribirreria Birra di Fiemme di Stefano Gilmozzi e della sua famiglia. Amneris propone le sue birre in accompagnamento ai piatti dell'Agriturismo.

compimento nelle nuove generazioni che proseguiranno l'avventura familiare.

sono ancora pochi e di piccole dimensioni.

Nel 2018 anche la Troticoltura Vinante è stata sconvolta da Vaia. La tem-

A Masi di Cavalese arrivano i cuochi amici di Amneris e della sua famiglia a ritirare il pesce che con cura viene pre-



Il Carpione Presidio Slow Food

di Enrico Di Martino

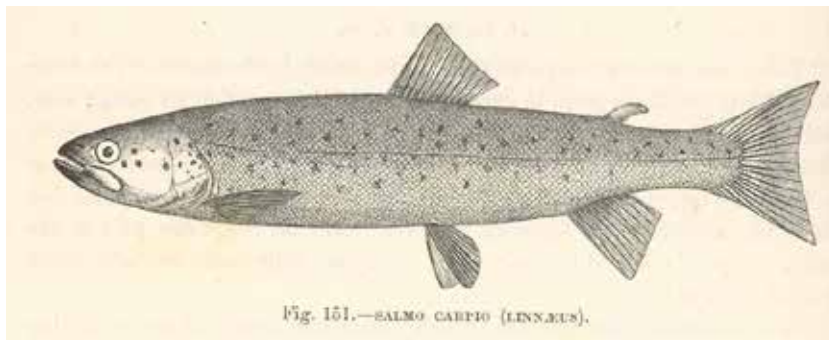
Il carpione (*Salmo trutta carpio*) è un salmonide che vive solo nel lago di Garda e appartiene alla numerosa famiglia dei salmoni, delle trote e dei salmerini. O per meglio dire, viveva in grandi quantità fino agli anni Settanta nelle acque più profonde del lago, a 200 metri addirittura e dal nord del lago si spostava con la famiglia verso sud (sì, questo speciale pesce, mantiene relazioni famigliari anche dopo l'accoppiamento), per tornare a nord quando l'acqua si rendeva troppo calda.

“il carpione deve essere oggetto della massima cura, da parte di quanti mirano al miglioramento del Benaco.” Così scriveva Floreste Malfer, Ittiologo, nel 1927 aggiungendo frasi tuttora attuali: “attorno al campione si ebbe tutta una fioritura di elogi (...) mentre naturalisti lo degnavano di pochissime cure”.

Di cosa parliamo?

Di problemi che trascinano da decine di anni, senza interventi concreti. Quasi cento anni dopo questa pubblicazione infatti, la situazione del lago e del Carpione non si può dire migliorata, anzi, entrambi sono gravemente minacciati da un sistema economico estremamente ed eccessivamente vorace. Il Carpione ad oggi è specie in estinzione nonostante il fermo pesca ormai da tanti anni e le cause sono imputabili al cambiamento climatico, così come al pensante intervento di semina di specie che competono nella stessa nicchia ecologica (Il coregone, in primis, seminato con 40 milioni di avannotti l'anno) nonché al degrado dell'ecosistema che chi ama il lago ben conosce.

Slow Food creò anni or sono un Presidio, l'unico presidio nato non per promuovere il consumo di un prodotto, ali-



© Freshwater and Marine Image Bank

mentando una filiera virtuosa, ma per denunciarne la scomparsa. Accendere il faro su una perdita incipiente.

Potrebbe essere la riproduzione in cattività, finalizzata al ripopolamento del lago, una via per salvarlo dall'estinzione? Regione Lombardia ci crede, e c'è una filiera attiva in tal senso in Trentino, tanti anche i soldi in ballo, ma non mancano voci di dissenso che vedono nell'allevamento in cattività finalizzato al lucro, il rischio concreto di inquinare la genetica del carpione selvatico. Si chiedono più controlli al fine di evitare questo grave equivoco, ovvero di fare una pezza peggiore del buco.



Scheda Presidio Slow Food

RICETTA DEI CUCCHI DELL'ALLEANZA

Turbante di trota trentina alle verdure con crema di patate all'olio del Garda



di Mario Di Nuzzo,
Ristorante Nerina
Romeno

Per 4 persone:

4 filetti di trota trentina

3 patate medie

4 strisce di porro

1 carota, 1 peperone, 1 zucchina

Olio Extravergine del Garda DOP

sale, pepe

1 rametto di timo, 1 spicchio d'aglio in camicia, 3 gambi di prezzemolo

Procedimento:

Lessare le patate sbucciate in acqua salata e a cottura scolarle lasciando però metà della loro acqua, quindi frullarle con un mixer ad immersione aggiungendo poco alla volta dell'Olio Extravergine del Garda e dell'acqua di cottura fino ad ottenere una consistenza morbida.

Tagliare le zucchine, la carota e il peperone a bastoncini e lessarli separatamente per 2 minuti in acqua salata.

Privare i filetti di trota della pelle, stenderli su un vassoio e adagiarvi sopra due bastoncini per tipo di verdure lessate.

Arrotolare quindi i filetti di trota attorno ai bastoncini di verdura e posizzarli in piedi legando il tutto con una strisciolina di porro lessata in acqua per 1 minuto.

Mettere della carta da forno in una teglia e posizzarvi sopra i 4 turbanti di trota, salare, pepare e cospargere con dell'Olio Extravergine del Garda

Aggiungere in padella il timo, l'aglio e i gambi di prezzemolo e far cuocere in forno preriscaldato a 200 gradi per circa 8 minuti.

Per l'impiantamento:

adagiare una cucchiata di crema di patate nel centro di un piatto e quindi mettervi sopra un turbante di trota alle verdure cospargendo ancora con un filo d'olio.

Abbinamento vino:

Vigneti delle Dolomiti Nosiola IGT
“Le Frate” Azienda Agricola Pravis





Un allevamento sostenibile: la trotticoltura Armanini

La Trotticoltura Armanini nasce negli anni Sessanta a Storo quando Olivo Armanini, insieme al fratello e al cugino, inizia a costruire delle vasche in un'area dedicata al pascolo e particolarmente ricca di acqua.

A distanza di quasi sessant'anni l'azienda è guidata da Andrea, Miriam e Francesco, la seconda generazione, ed è un moderno allevamento che utilizza le avanzate tecnologie per garantire la qualità del pesce e la sostenibilità di tutti i processi produttivi.

Sono cinque gli allevamenti: a Storo, a Biacesa di Ledro, a Linfano di Arco, a Deva e il nuovo arrivato di Pietramurata. Ognuno di essi ha le proprie caratteristiche specifiche in quanto a provenienza delle acque (sorgenti, fiume), temperature, escursioni termiche. In base a questi elementi viene stabilito qual è il miglior pesce da allevarvi: trote, salmerini, storioni,

anguille. La filosofia che anima la famiglia Armanini è la consapevolezza che se il pesce vive bene, non subisce stress e si trova nel giusto habitat, anche il prodotto finale sarà buono.

I mangimi sono attentamente selezionati e ogni lotto viene controllato per garantire una alimentazione sana. Molte delle caratteristiche nutrizionali dei pesci di allevamento dipendono infatti dalla composizione del mangime. Il gusto del pesce dipende dalla presenza di alcuni amminoacidi e da altri composti a molecole complesse: da questi dipendono le sensazioni dolce, salato, amaro, acido e umami che sono i cinque sapori fondamentali del gusto. Per quanto riguarda la differenza di gusto tra il pesce allevato, con differenti tipologie di mangime, e il pesce di cattura, gli studi di settore presentano risultati diversi che non permettono di confermare una tesi netta.

L'attenzione alla sostenibilità ambientale dell'allevamento è certificata dall'indice IBE (Indice Biotico Estesio), che si basa sull'analisi dei macroinvertebrati che colonizzano gli ecosistemi fluviali. L'indice fornisce informazioni sugli effetti causati da turbative del sistema quale può essere, appunto, l'allevamento. L'indice rileva che le acque prima o dopo l'allevamento differiscono minimamente dimostrando il basso impatto ambientale dell'allevamento stesso.



LO SCATTO DI BENEDETTA DOLECKI



La riserva naturale del Lago di Loppio è la più estesa del Trentino. Il bacino lacustre si è prosciugato alla fine degli anni Cinquanta, la piccola valle che ora occupa la sede del lago è

ricca di una vegetazione spontanea di prateria umida e palustre. Prevalgono le associazioni vegetali di erbe infestanti e pioniere delle zone umide, ma vi sono anche associazioni erbacee palustri,

come pure lembi di boscaglia igrofila. Al centro un'altura, che fino agli anni Sessanta era l'isola di Sant'Andrea dove si trovano i resti di un antico insediamento fortificato.

Vini dealcolizzati ed “annacquati” nel futuro dell’Europa? Qualche opportuna precisazione

Nelle ultime settimane, abbiamo assistito ad un’accesa discussione pubblica in merito all’iniziativa assunta dalle Istituzioni europee per consentire la “dealcolizzazione” dei prodotti vitivinicoli. Purtroppo, l’informazione mediatica sul tema è stata caratterizzata da una certa approssimazione. Appare quindi opportuno fornire qualche breve chiarimento in merito.

Innanzitutto, l’oggetto del dibattito è la proposta di riforma della Politica agricola comune (PAC) post-2020. Proposta che – malgrado sia emersa solo ora all’attenzione delle cronache – è stata avanzata dalla Commissione europea già nel giugno 2018 (1).

Si tratta, allo stato, di una mera “bozza”, ancora oggetto di negoziati con il Parlamento ed il Consiglio dell’Unione europea. Pertanto, anche gli Stati membri sono direttamente coinvolti nel processo legislativo, attraverso i loro rappresentanti che compongono il Consiglio.

All’interno di tale proposta normativa, di per sé molto articolata, la parte che ha suscitato polemiche è quella relativa ai nuovi concetti di vino “dealcolizzato” e “parzialmente dealcolizzato”.

Per maggiore cognizione di causa, è opportuno precisare che, in realtà, già oggi la normativa di settore autorizza le operazioni di riduzione del tenore alcolico del vino (senza che ciò venga evidenziato nell’etichettatura del prodotto).

La “correzione del tenore alcolico”, difatti, rientra tra le pratiche enologiche ammesse dal regolamento delegato UE 2019/934. Attualmente, tuttavia, il tenore alcolico di partenza può essere ridotto soltanto fino ad un massimo del 20% e, comunque, il titolo alcolometrico effettivo del vino (cioè l’alcol ivi contenuto) non può essere portato al di sotto di una soglia minima (pari all’8,5% vol. per alcune zone viticole ed al 9% vol. per altre zone, tra cui l’Italia).

In pratica, finora il termine “vino” – salvo alcune eccezioni per le DOP e IGP – non è utilizzabile per prodotti con titolo alcolometrico effettivo inferiore all’8,5-9% vol. Però, se il tenore alcolico è superiore a tale soglia, può essere normalmente ridotto mediante “correzione”.

La proposta di modifica – nella versione attuale aggiornata al 23 ottobre 2020 (2) – vorrebbe affiancare, alla pratica enologica della “correzione”, la possibilità di intervenire con una dealcolizzazione più “spinta” del prodotto vitivinicolo; in tal caso, però, informandone il consumatore.

L’ipotesi è infatti quella di introdurre due nuove categorie di prodotti vitivinicoli, ulteriori e distinte rispetto a quelle già esistenti (“vino”, “vino spumante”, “vino frizzante” ecc.), i cui nomi dovranno essere riportati nell’etichettatura come denominazione del prodotto.

La prima categoria prende il nome di “vino dealcolizzato” (o “vino spumante dealcolizzato”, “vino frizzante dealcolizzato” e così via, a seconda del prodotto vitivinicolo di partenza) e si caratterizza per avere un titolo alcolometrico totale non superiore allo 0,5 % vol., ottenuto sottoponendo un vino “ordinario” a determinati processi di dealcolizzazione (consistenti nella parziale evaporazione sotto vuoto, nelle tecniche a membrana

e nella distillazione).

La seconda categoria è invece denominata “vino parzialmente dealcolizzato” (o “vino spumante parzialmente dealcolizzato” ecc.), con un titolo alcolometrico totale superiore allo 0,5 % vol. ma inferiore all’8,5 % vol., ed è ottenuto con i medesimi processi di dealcolizzazione di cui sopra, applicati in modo da ridurre di oltre il 20% il titolo alcolometrico totale iniziale.

L’obiettivo dichiarato di tali innovazioni è quello di andare incontro ad una richiesta di mercato, facendo in modo che i nuovi prodotti a basso tenore alcolico – anziché essere fabbricati e venduti come generiche “bevande” – siano denominati “vino” e vengano, di conseguenza, assoggettati al rigoroso sistema di norme e controlli previsto per questo settore.

La nuova dealcolizzazione non è prevista per i vini a Denominazione di origine protetta (DOP). È auspicabile però che, qualora la proposta sia approvata, la pratica venga esclusa anche per i vini ad Indicazione geografica protetta (IGP).

Da ultimo, va chiarito che – diversamente dalle informazioni circolate su alcuni media – la modifica normativa non introduce la possibilità di diluire i vini con l’aggiunta acqua. Tale pratica era e rimarrà, pertanto, vietata.

Ciò che le istituzioni europee stanno valutando, invece, è l’opportunità di esplicitare, sul piano normativo, quella che è un’esigenza tecnica connessa ai nuovi processi di dealcolizzazione.

Le operazioni di estrazione di alcol, infatti, determinano l’eliminazione di una parte dell’acqua originariamente contenuta nel vino di partenza. Acqua che dovrebbe, di conseguenza, essere poi reincorporata nel corso dello stesso processo produttivo.

Per contattare lo studio:
Via Filippo Serafini, 9
0461 230084
www.cibuslex.it
facebook.com/cibuslex
senatore@cibuslex.it

(1)



(2)



MANGIARE CON LA TESTA

Spesa consapevole, ecco da dove iniziare

di Laura Endrighi, psicologa

Mangia meglio, un po' meno e muoviti di più. Questo è il nuovo mantra del mondo della nutrizione ed alimentazione, e per fortuna aggiungo! Fino a 10 anni fa l'unica regola che veniva professata era "elimina grassi e carboidrati", così facendo si perdeva peso velocemente, ma lo si recuperava anche con grande facilità. Una dieta molto restrittiva non è sostenibile nel tempo e rischia di fare danni dal punto di vista fisico e psicologico.

Ci portiamo però ancora dietro poi l'eredità degli anni 90' che insieme alle diete altamente restrittive ci ha "donato" l'industria dei cibi light, prodotti estremamente processati e lontani anni luce dal sapore autentico e dalla carica di nutrienti degli alimenti integrali e al naturale. Per molto tempo mangiare bene e sano equivaleva a fare uso quotidiano di pasti sostitutivi, barrette e preparati, che rientrano proprio nei processed food addizionati di vitamine, fibre, sale e grassi (non animali ma non per questo salutari).

Oggi ci concentriamo allora sul mangiare meglio, scegliere in ogni occasione il prodotto alimentare migliore, anche quando siamo al supermercato, acquistando un alimento nella sua versione più vicina alla natura. Per gli amanti

del buono, pulito e giusto le mie dritte per la spesa sono informazioni già conosciute e ampiamente applicate, ma per chi inizia ad avvicinarsi al mondo degli acquisti consapevoli si rivelano essere piccoli accorgimenti, che migliorano fin da subito il contenuto della dispensa e della nostra pancia.

Come psicologa mi occupo di sani stili di vita, fame emotiva, ciclo delle abitudini e benessere, ma mi capita spesso di dare anche qualche dritta, non solo sulla parte psicologica, ma anche dal punto di vista pratico. Non consiglio programmi dietetici, non è il mio lavoro. Penso però che una sana abitudine per migliorare la propria alimentazione e mangiare meglio, è quella di fare la spesa in modo consapevole.

Io adoro fare la spesa, da ragazza ho lavorato in un negozio di prodotti biologici e consigliare le persone nei loro acquisti o raccontare un prodotto a qualcuno che non lo conosce, per me è entusiasmante. Ancora oggi mi capita



di attaccare bottone davanti al mercato del contadino o in fila alla cassa dei negozi, consigliando modalità di conservazione e ricette.

La strategia che utilizzo personalmente per fare la spesa, e consiglio di sperimentare anche alle persone che seguono in percorsi di benessere e dimagrimento, si basa sul Breviario di Resistenza Alimentare di Michael Pollan. Per chi non lo conosce, Michael Pollan è un giornalista americano, che ha portato avanti delle inchieste sul mondo del cibo e degli stili alimentari, partendo dalla forte preoccupazione per l'aumento di persone obese negli USA. I suoi libri e documentari sono ben fatti, facili e diretti, li consiglio.

Il modo ideale per procurarsi del cibo di qualità è senza dubbio fare affidamento direttamente a produttori, GAS e ai meravigliosi Mercati della Terra organizzati dalle Condotte Slow Food. Attraverso questi canali si acquistano prodotti di stagione, puliti, dal sapore autentico e si ha anche la possibilità di conoscere chi li produce, capire la filosofia, la storia e apprezzare in pieno così la qualità del nostro acquisto. Sarà suggestione ma frutta, verdura, uova e formaggi sono più buoni se arricchiti da due chiacchiere con chi li ha prodotti.

Capita però a tutti di andare al supermercato, per una questione di convenienza oppure di praticità. Ormai di





supermercati ne esistono di tutti i tipi, dai piccoli di quartiere alle tante catene e iper che offrono prodotti a basso costo e conservano nei magazzini tonnellate di alimenti per lo più processati. Come fare per districarsi in quel labirinto di scaffali e offerte?

Ecco le 5 dritte perché la tua spesa sia sempre consapevole.

Non acquistare o mangiare nulla che la tua bisnonna non riconoscerebbe come cibo. Michael Pollan consiglia di immaginarsi a far la spesa accompagnati dalla propria bisnonna, riconoscerebbe come commestibili alimenti elaborati, processati e costruiti a tavolino, per aumentarne il consumo, dall'industria alimentare?

Evita prodotti alimentari con più di 5 ingredienti o la cui etichetta riporta sigle e nomi che in natura non esistono.

Acquista prodotti che vanno a male o che hanno una scadenza vicina. Più la scadenza di un alimento è lontana, più il prodotto sarà raffinato e avrà quindi meno nutrienti. La farina ad esempio, quella buona, ha una scadenza di 6 mesi massimo un anno, non che oltre sia immangiabile ma perde qualità, nutrienti e sapore.

Al supermercato resta in periferia ed evita il centro. Il perimetro del supermercato è quello dove trovi il cibo fresco, dalla frutta e verdura al banco frigo con carne, pesce e latticini. Nelle vicinanze ci sono spesso anche legumi, cereali, semi e frutta secca. Non è tanto male nemmeno la zona surgelati, se si sceglie stando attenti alle etichette. Le corsie centrali dei supermercati spesso sono quelle dei cibi processati e a lunga scadenza. Bisogna passarci ogni tanto, ma è decisamente una zona poco amica del mangiare bene.

Evitate i cibi pubblicizzati in televisione. Solo la grande industria alimentare può permettersi di reclamizzare i suoi prodotti in televisione. Più dei due terzi degli spot pubblicitari promuovono bevande alcoliche e preparazioni industriali a lunghissima conservazione. Occhio anche ai prodotti freschi promossi in tv, un esempio è la crema di yogurt che di vivo

non ha nulla, utilizza solo il nome di un prodotto fermentato che però viene poi trasformato.

Quando sono usciti i biscotti ripieni della "famosa crema spalmabile", gli scaffali si sono svuotati in un battibaleno, facendo così crescere la domanda per un prodotto, intorno al quale son girati parecchi soldi per la progettazione. Ma cosa c'è dentro quei tanto pubblicizzati biscotti?! Se vi capita di prenderne in mano un sacchetto dateci un'occhiata. Io ho provato ad applicare le dritte della mia spesa consapevole a quel prodotto ed è rimasto in negozio. L'etichetta presenta ingredienti, decisamente più di 5, che a loro volta son prodotti processati. Si trovano negli scaffali centrali quindi la data di scadenza è parecchio prolungata nel tempo. Pensando di andare a far la spesa con la mia bisnonna Marcellina, una donna di montagna tosta e grande raccoglitrice di tutto ciò che la natura offriva, sono certa i biscotti, anche insieme a lei, sarebbero rimasti sullo scaffale e mi avrebbe invece preparato le fortaie con la sua marmellata di more.

Laura Endrighi Psicologa
T. 3405507217
lauraendrighi.psicologa@yahoo.com
lauraendrighi.it
Fb lauraendrighipsicologa

RICETTA DEI CIUCHI DELL'ALLEANZA

Trota trentina con le sue uova



di *Monica Braito*
Beauty & Vital Hotel
Maria
Carano

Ingredienti per 2 persone:

Trota intera

Prezzemolo

Scalogno

Due foglie di porro

Procedimento:

Sfilettare la trota, togliere la pelle.

Rendere i due filetti il più regolare possibile usando il coltello, stufare lentamente

lo scalogno con un po di olio extra vergine di oliva del Garda, lasciar raffreddare, tritare finemente i ritagli di trota, appiattire tra due fogli di pellicola trasparente i filetti di trota, togliere la pellicola, salare leggermente e pepare con pepe rosa. Miscelare la polpa di trota, il prezzemolo tritato finemente e lo scalogno tritato finemente, salare leggermente. A questo punto farcire con la polpa di trota i filetti di trota, avvolgere i filetti nella foglia di porro, porli in un tegame, con un filo di olio di oliva e a tegame coperto cuocerli in forno a non più di 82°C per 10 minuti. Servirli con uova di trota.

Abbinamento vino:

Spumante Metodo Classico Brut Rosé
Pojer e Sandri



CONSIGLI DI LETTURA

in collaborazione con Elisa + Federico duepuntilibreria@gmail.com
della libreria due punti di Trento, Via San Martino 78



LE VIE DELL'ORTO
Pia Pera (Ponte alle Grazie)

«Deve esserci un segreto, una magia nell'orto». La magia consiste nel realizzare qualcosa di bello e giusto sapendosi al tempo stesso limitare, lasciando aperto il dialogo fra uomo e natura. L'orto è come un 'disegno' non solo per la porzione di spazio che occupa, ma in rapporto a ciò che vi sta intorno. Seguendo i profili delle piante s'impara a smussare i confini del proprio 'ego'. I solchi della terra si fanno allora crocevia d'incontri e volti visti, da cui trarre insegnamento. Fra queste pagine Pia Pera restituisce al lettore ciò che ha imparato dai suoi 'Maestri d'Orto': Massimo coi suoi preziosi pomodori, la Signora Rosina, un'ortolana di grande intuito e gentilezza, Franco 'il bricoleur' che ha trasformato il giardino in un laboratorio a cielo aperto. Sono ritratti ottenuti osservando le persone non per come appaiono, ma per quello che fanno.



LA MIA PASTA MADRE
Veà Carpi (Raetia)

La pasta madre, o lievito naturale, è un impasto di farina e di acqua lasciato fermentare. E con la sua pasta madre la contadina per vocazione Veà sforna sorprendenti magie. Preparando il pane e i lievitati con la pasta madre si impara a decelerare. È una vecchia tradizione che negli ultimi anni ha conquistato una popolarità sempre più vasta. La pasta madre è incredibilmente versatile ed è più sana e più digeribile di altri tipi di lievito. Veà ci svela le sue ricette preferite, dai dolci pasquali in primavera al pane alle erbe aromatiche in estate fino al panettone a Natale.



L'ALTRO MONDO
Valentina Furlanetto Fabio Deotto (Bompiani)

Alle Maldive le spiagge spariscono, a Miami si ricostruiscono le strade sollevate di un metro, la Louisiana sprofonda a vista d'occhio, in Franciacorta il vino diventa ogni anno più difficile da produrre, e mentre a Venezia l'acqua salata consuma un patrimonio artistico inestimabile, altre città si svuotano di automobili e si riempiono di animali.

Negli ultimi dieci anni la crisi climatica è passata da essere un problema delle generazioni future a essere un'urgenza di quelle presenti. Eppure, nonostante il mondo in cui viviamo sia cambiato in modo inequivocabile e sia ormai lontano da quello in cui siamo cresciuti, noi continuiamo a vederlo inalterato. La colpa è dei tanti angoli ciechi che intralciano la nostra percezione della realtà.

Questo libro va a cercare un nuovo sguardo nelle storie reali di persone già oggi costrette a misurarsi con un pianeta più caldo, esplorando allo stesso tempo le zavorre cognitive e culturali che rendono così difficile accettare il cambiamento in atto.

Resta in contatto con noi e iscriviti a Slow Food

È possibile iscriversi alla newsletter, proporre idee e suggerimenti, inviando una mail di richiesta ai nostri contatti:

facebook.com/slowfoodvag
instagram.com/slowfoodvalleadigealtogarda
slowfoodadigegarda@gmail.com
Telefono e Whatsapp 327 712 1209
Canale youtube:
SlowFood AdigeGarda

L'iscrizione all'associazione è fondamentale per sostenere i nostri progetti e essere sempre al nostro fianco nelle battaglie quotidiane per

un cibo buono, pulito e giusto per tutti. Se non sei ancora socio contattaci, se sei socio mantieni monitorata la data di scadenza della tua iscrizione

Tessere annuale 25 €
Tessera annuale under 30: 10 €

Questa pubblicazione non rappresenta una testata giornalistica in quanto viene aggiornato senza alcuna periodicità. Non può pertanto considerarsi un prodotto editoriale ai sensi della legge n.62 del 2001.

DIRETTIVO

Tommaso Martini - fiduciario
tommasomartini@gruppomartini.net
Milena Battisti - segretario
batmilly@hotmail.it
Sandro Barberi - sandro.barberi@gmail.com
Luca Rigatti - iltrentino@libero.it
Giulia Pedrini - giulia.pedrini@pravis.it
Vera Rossi - info@vivigrumes.it
Gerri Stefani - stefani.gerri@gmail.com