

I CEREALI

Dalla Terra al Laboratorio

Biologia, Chimica e Gestione Professionale per l'Alta Ristorazione



Il Motore della Nutrizione Umana



Grano



Riso



Mais



Orzo



Segale



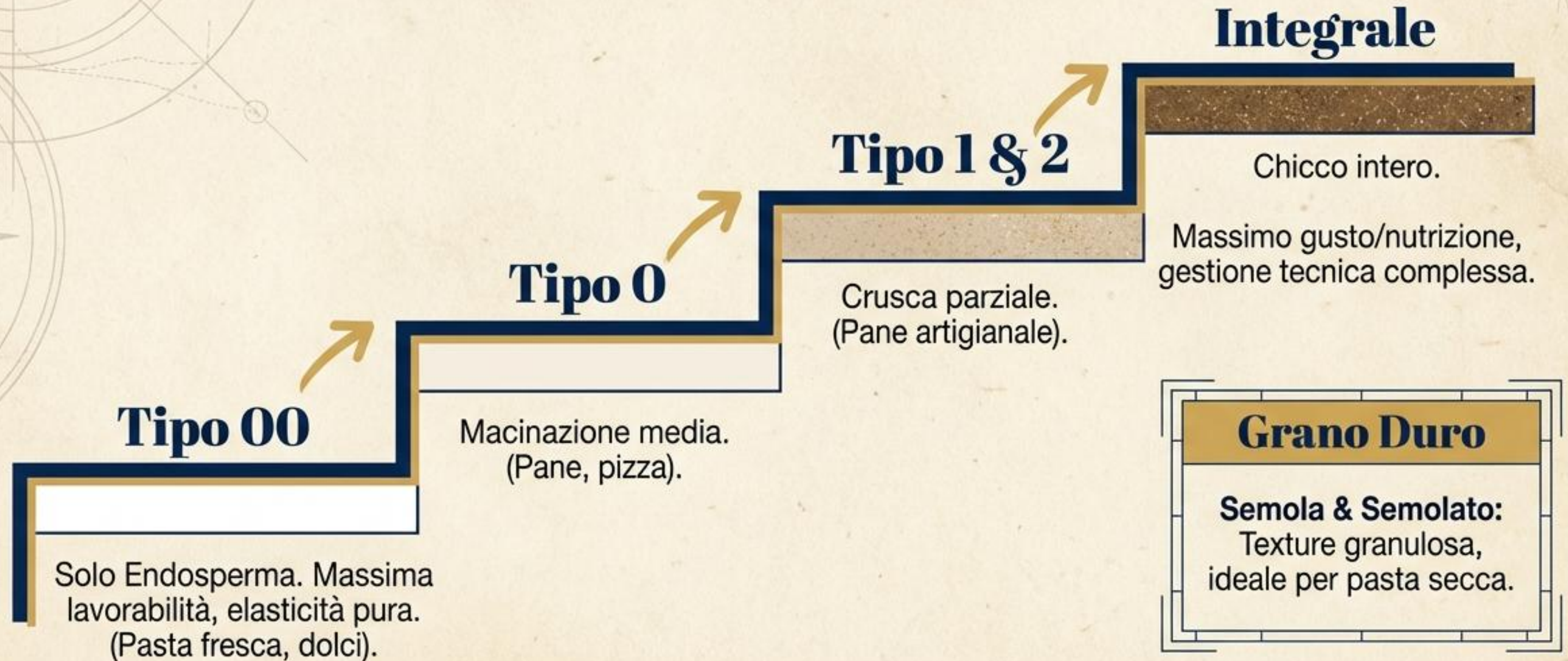
I cereali non sono un optional: sono alimenti primari indispensabili per la sopravvivenza dell'organismo e la base economica di ogni menu.

Nota Professionale: Alternare cereali raffinati e integrali è una scelta moderna per clienti attenti alla salute (fibre e antiossidanti).

Anatomia di una Cariosside



Dalla Molitura allo Sfarinato



L'Equazione del Glutine

$$\begin{array}{c} \textbf{Gliadina} \\ \hline \text{(Viscosità \& Estensibilità)} \end{array} + \begin{array}{c} \textbf{Glutenina} \\ \hline \text{(Elasticità \& Tenacia)} \end{array} + \begin{array}{c} \text{Acqua} \\ \hline \text{Energia} \\ \text{Meccanica} \end{array} = \textbf{GLUTINE}$$

Il glutine non esiste nel chicco. È una rete proteica tridimensionale creata dall'azione del professionista.

La Maglia Glutinica: Micro-Architettura

I Legami



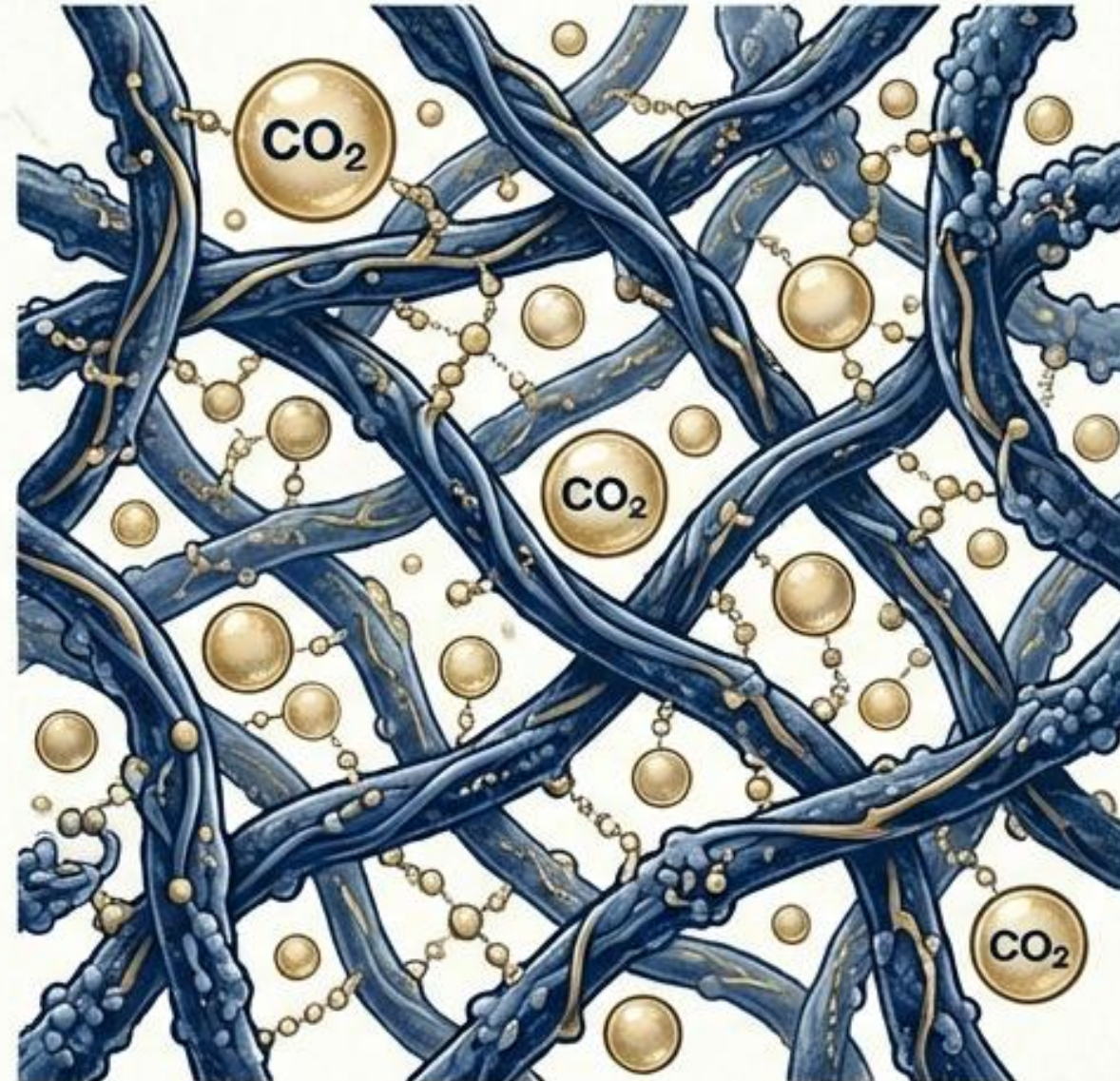
Ponti Disolfuro (Ganci):

Legami forti e permanenti.



Legami Idrogeno (Velcro):

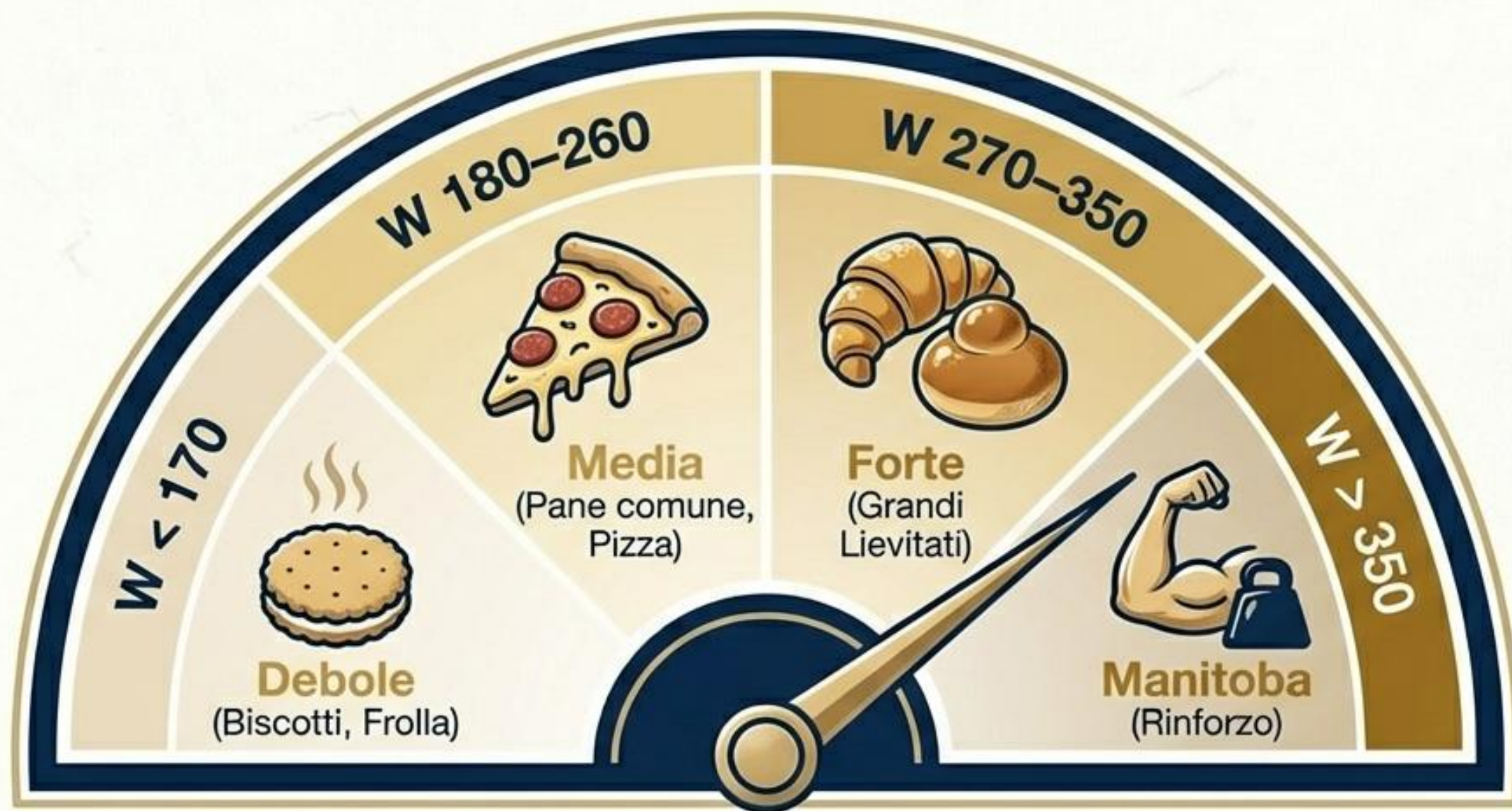
Legami deboli e temporanei
(l'acqua è il collante).



Prova del Velo

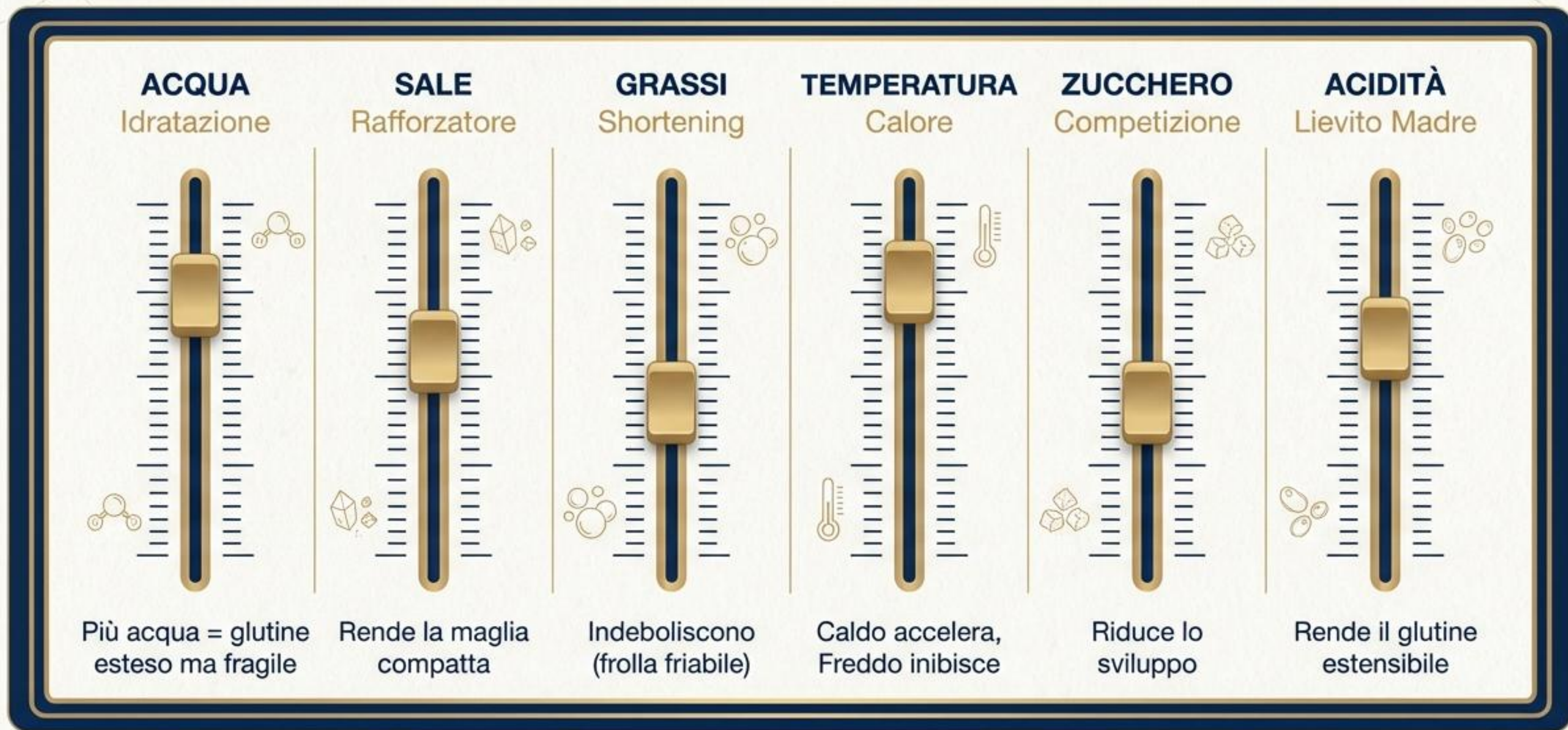
Funzione: Intrappola i gas (CO_2), dà volume, trattiene umidità.

La Forza della Farina (Indice W)



Blending: Miscelare farine diverse per ottenere la forza esatta richiesta dalla ricetta.

Il Pannello di Controllo dell'Impasto



La Sfida Gluten-Free: Sicurezza e Inclusione

Il Problema

Celiachia: Malattia autoimmune (1% popolazione). Danni ai villi intestinali.



Attenzione:
Contaminazione
Crociata (Acqua,
Superfici).

La Soluzione (Cereali Sicuri)



Riso



Mais (Polenta)



Grano Saraceno



Quinoa & Amaranto



Patate & Legumi

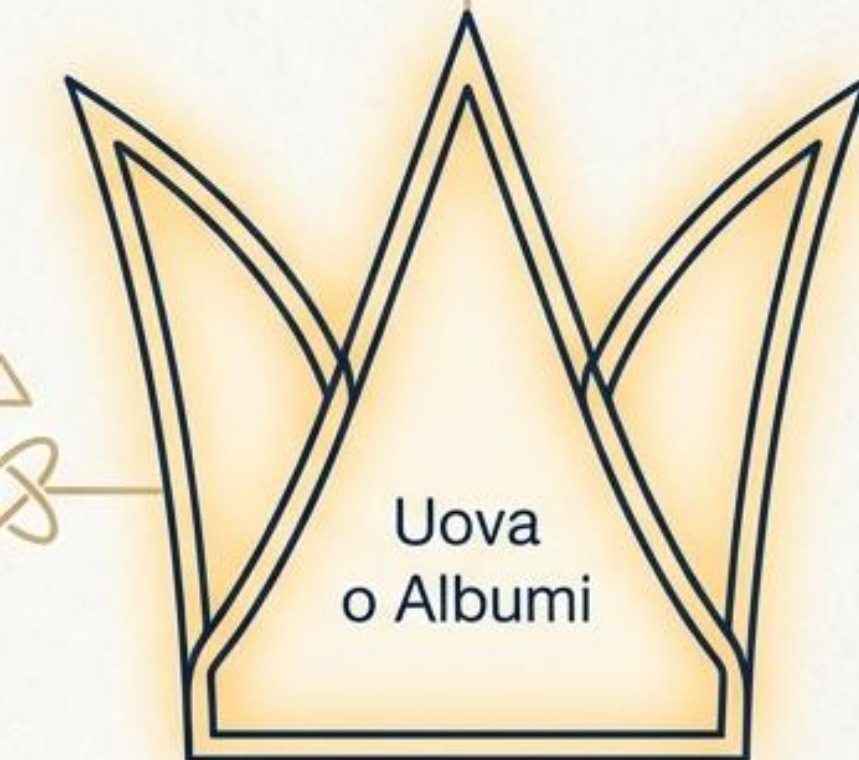
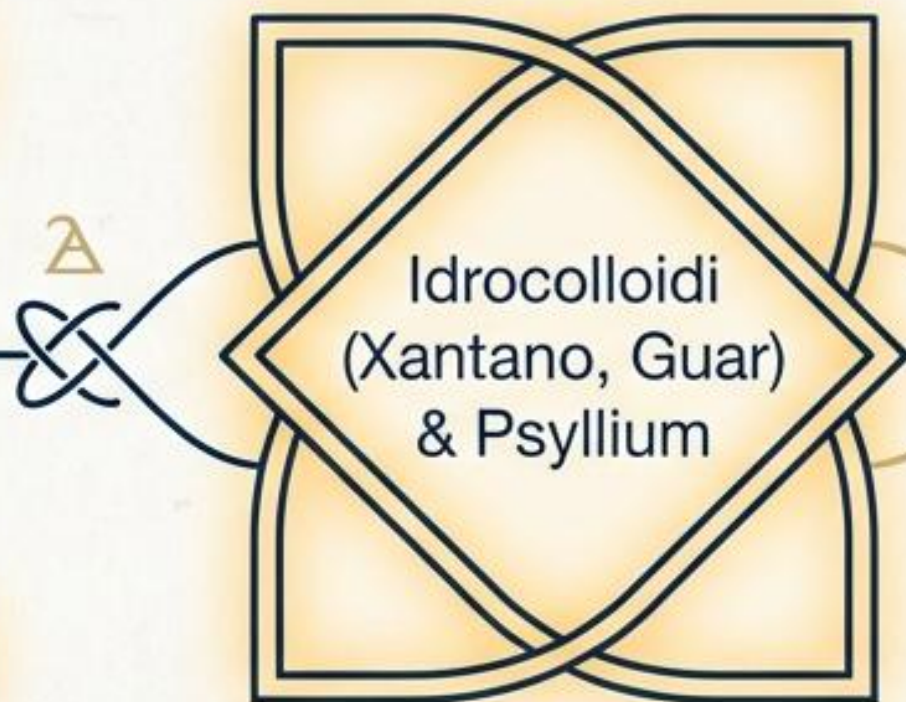
L'Architettura Senza Glutine

🧪 Ingredient Alchemy 🧪

Lo Scheletro



Il Collante



La Struttura Proteica

Compensare la mancanza della rete elastica naturale.

Protocolli di Igiene e Sicurezza (HACCP)



Separazione

Aree, utensili e oli di cottura dedicati.



Stoccaggio

Contenitori chiusi e identificati.



Acqua

Mai usare la stessa acqua di bollitura per pasta normale e GF.

Verifica:

- ✓ Scadenze
- ✓ Integrità confezioni
- ✓ Assenza tracce

Logistica e Conservazione



Max 15°C.
Rischio: Tignole/Farfalline.

Pane



Sacchetti di carta (traspiranti).
Mai plastica.



0-4°C.
Alta deperibilità.

Segnali di Deterioramento

Odore:

Rancido/Acido

Vista:

Grumi, macchie bianche, muffe.

Geografia del Gusto: I Cereali in Italia



I cereali sono il filo conduttore dell'identità regionale italiana.

Le Regole d'Oro del Professionista

- 1 Conosci la Materia:** Distingui crusca, endosperma e germe.
- 2 Scegli per Forza (W):** Non guardare il nome, guarda l'indice W.
- 3 Rispetta la Chimica:** Il glutine è un equilibrio tra acqua, energia e tempo.
- 4 Sicurezza Totale:** HACCP e gestione rigorosa del senza glutine.
- 5 Conserva con Cura:** Proteggi l'investimento da umidità e parassiti.