

Dimenticato
la password?DJ SET
di
KNOWLES

INGRESSO LIBERO

11/06/13 - Aggiornato: 19.40

[News](#) [Ricette](#) [Protagonisti](#) [Gusto](#) [Ricevere](#) [Vini](#) [Agenda](#) [Speciali](#) [Con i bambini](#)[HOME](#) / [CUCINA](#) / [PROTAGONISTI](#)

ALESSANDRO CIRCIELLO, CHEF DA STAR

di [Alice Rosati](#) 11 giugno 2013

Ha cucinato per capi di stato e stelle dello spettacolo, ma per Circiello a tavola tutti i palati meritano un'attenzione speciale. La sua è una cucina tradizionalista, fatta di ingredienti di stagione e sani (scoprite la ricetta che ha elaborato per la squadra del Manchester United!). E la perfezione di un piatto nasce da...

**Alice Rosati**

Contributor

[Scopri di più](#)[Leggi tutti](#)

1/3

VOTA



Alessandro Circiello

Like

3

0

Tweet

4

C H E F

Romano, ristoratore per tradizione e con una propensione ai sapori genuini. È **Alessandro Circiello**, lo chef dei vip (anche se lui non ama definirli tali, ndr), che ha da poco pubblicato il libro **La cucina vip. Le ricette per le star**, curato da Valeria Arnaldi per **Orme Editori**. Attualmente è chef e consulente per ristoranti, alberghi di lusso e alcune trasmissioni televisive tra cui *I fatti vostri* su Rai 2.

Ha cucinato per Vladimir Putin, Rania di Giordania, Madonna e Monica Bellucci. Ma **a tavola ogni persona è speciale** e a tutti i palati deve essere dedicata un'attenzione particolare.

La sua è una **cucina salutista**, ovvero una cucina sana e adatta a tutti. Perché «una cucina di lusso può essere realizzata anche con elementi poveri, figli della tradizione». Circiello ha costruito la propria esperienza tra pentole e fornelli rivalutando gli ingredienti italiani a chilometro zero e dall'alto apporto nutrizionale. Studia gli abbinamenti, adotta tecniche di cottura light, la sua filosofia è **viziare la gola facendo bene al fisico**.

Nelle sue creazioni è attento alla **stagionalità degli ingredienti**, «perché è il tempo della natura a stimolare la fantasia». E la perfezione di un piatto nasce proprio da quella **percentuale di imperfetto** che lascia aperta una nuova sperimentazione.

Giovane e già al top, hai fatto carriera in pochissimo tempo...

«La professione è iniziata con la scuola alberghiera e quando ho terminato gli studi ho cominciato a girare l'Europa, sono andato in Francia per specializzarmi, dove la cucina è molto tecnica, poi ho girato diversi alberghi di lusso della Capitale. Ho avuto sicuramente degli ottimi maestri che mi hanno stimolato, ma c'è da dire che i miei zii, di origine abruzzese, hanno sempre avuto dei ristoranti, è stata quindi una passione che ho iniziato a coltivare in famiglia».

Che cosa rappresenta il cibo per te?

«Il cibo è prima di tutto sapore, caratteristica che dipende da come viene trattato, dai materiali e dagli ingredienti che contiene. Un buon piatto ti deve fare sentire bene, è per questo che per me la parola cibo si lega indissolubilmente con la salute».

Qual è l'ingrediente di cui non puoi fare a meno in cucina?

«L'olio extravergine di oliva, a crudo o cotto. Evito, invece, di usare molto sale, preferisco sostituirlo con erbe aromatiche fresche o germogli».

Hai cucinato per molte persone famose, cosa ti chiedono di solito?

«Lavoro per diversi alberghi di lusso, così mi è capitato di preparare delle cene per capi di stato o star dello spettacolo. Mi chiedono soprattutto piatti della tradizione mediterranea, verdure e pasta. Sono ricette semplici, ma che solo noi, qui in Italia, sappiamo fare bene. Gli stranieri, poi, apprezzano molto gli ingredienti freschi di stagione, che da loro sono più difficili da trovare».

C'è qualcuno che ti ha fatto delle richieste particolari?

«In generale direi di no, amano la semplicità e la genuinità. Rania di Giordania predilige il pesce azzurro, Vladimir Putin la pasta, tra cui i paccheri alla sorrentina. Putin ha fatto venire in Italia il suo staff di cuochi per un aggiornamento, ho insegnato loro i piatti della tradizione mediterranea. Ah, Madonna adora pomodoro e mozzarella».

Qual è il personaggio famoso per cui vorresti cucinare e che per cui non hai ancora cucinato?

«Penso sempre a fare un buon piatto piuttosto che a chi lo mangerà. L'importanza di cucinare per qualcuno, per me, passa sempre dal rendere appetibile una ricetta e riuscire a declinarla secondo i gusti e le abitudini alimentari di chi mi trovo davanti».

Una regola da seguire in cucina...

Iscriviti alla NEWSLETTER DI CUCINA
inserendo il tuo indirizzo email

IL PRODOTTO DEL GIORNO

**Gatorade, street edition
firmata Pao**

INVIATE DA VOI

«Cuocere sempre a bassa temperatura per non disperdere i valori nutrizionali, non solo in padella ma anche quando si frigge. Il sale meglio metterlo a cottura ultimata. E' molto importante pensare anche all'associazione dei cibi e scegliere degli ingredienti che insieme fanno bene al corpo».

Il tuo maestro di vita?

«In cucina non si finisce mai di imparare. Lo spunto può venire anche da un piatto non proprio riuscito o dalla trattoria in cui ti sei fermato per caso. Gualtiero Marchesi è certamente un modello per me, ha fatto la storia della cucina italiana, ha saputo dare il la per il cambiamento, per una cucina professionale e tecnica».

inserisci il tuo commento

Se vuoi segnalaci un [refuso](#)

o

VEDI ANCHE



Lombardia, la tradizione è Per Tutti i Gusti!

L'insostenibile importanza del mixer

da Cucina 1 giorno fa

Con un pizzico di pepe

da Cucina 1 giorno fa

Abitudini e usanze in tavola, worldwide. Sai tutto?

da Cucina 1 giorno fa

Il food blog del giorno: La gastronomica volante Stanislavskij

da Cucina 4 giorni fa

Il prodotto del giorno

da Cucina 4 giorni fa

COMMENTI DAL CANALE



“Vorrei tanto assaggiare la tazzina biscotto e praticamente tutto. Troppo carino!!”

da Coffee design, la rivoluzione dell'espresso di [elenaqu](#), 2013-06-11 19:06:07



“guarda che è più facile del previsto, e dà molta soddisfazione!”

da Cook Report: I Love Pasta! di [tenacia](#), 2013-06-08 19:37:58



“si può conoscere il nome del vincitore del super premio finale costituito dalla tortina d'oro?”

da Concorso Loacker, in palio la tortina d'oro di [ferdinando](#), 2013-06-08 02:59:46



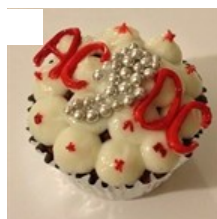
“ma queste cose di caffè' sono eccezionali, ma dove si trovano !!!”

da Coffee design, la rivoluzione dell'espresso di [biiutre](#), 2013-06-07 09:55:19

TAGS

ALESSANDRO CIRCIELLO /
LE RICETTE PER LE STAR /
COSA MANGIANO LE STAR /
CIRCIELLO CHEF

DA STYLE.IT



CUCINA

Questa ricetta è rock!

Appassionati di cibo e musica? C'è Ricette Rock, il sito di ricette che traggono ispirazione dai celebri personaggi della musica. Una galleria di

piatti dal sapore heavy, hard o semplicemente indie! E il bello sapete qual è? Anche voi potete essere assoluti rockchef



Inserisci qui le tue ricette!

La cantina di Style.it



[Il blog di Martina Liverani](#)

“Ingredienti felici...”

24-May-2013

[Il blog di Serena De Carlo](#)

“Vitamina C e cortei medievali, pieno di energia a Randazzo”

09-Jun-2013

[Il blog di ci_polla](#)

“La qualità del forno è importante”

23-May-2013

[Il blog di Giorgia Di Sabatino](#)

“A scuola di gnocchi!”

05-Mar-2013

[Il blog di Stefano Bottelli](#)