

Questo sito utilizza cookie, anche di terze parti, per inviarti pubblicità e servizi in linea con le tue preferenze. Se vuoi saperne di più o negare il consenso a tutti o ad alcuni cookie clicca su "ulteriori informazioni". Chiudendo questo banner, scorrendo questa pagina o cliccando qualunque suo elemento acconsenti all'uso dei cookie. [Ulteriori informazioni](#) [Ho capito](#)

venticinque edizioni 1991-2015
**IL LIBRO
DEI FATTI**



Fatti Soldi Lavoro Salute Sport Cultura Intrattenimento Magazine Sostenibilità Immediapress Multimedia AKI

Norme **Dati** Sindacato Professionisti Previdenza Start up Made in Italy Cerco lavoro Multimediale

Lavoro . Dati . **Lo chef Circiello: in aumento gli uomini tra i fornelli**

DATI

😊 33 % 😞 33 % 🤔 33 %

Lo chef Circiello: in aumento gli uomini tra i fornelli

Accedi [Tweet](#) 2 [Condividi](#)



Publicato il: 23/07/2015 18:03

"A livello professionale, la cucina è molto più maschile che femminile, ma dipende dai campi e dai ruoli. Nei grandi alberghi e ristoranti c'è un lavoro un po' di 'caseificio', quindi si possono fare anche 12-14 ore al giorno: è per questo che la brigata è principalmente composta da uomini. A differenza della ristorazione collettiva e di hotel con menu alla carta, e di tante altre realtà più o meno piccole che coinvolge molto più donne". Parola dello chef Alessandro Circiello, presidente della Federazione italiana cuochi regione Lazio e coordinatore compartimento Giovani Fic.

Circiello è fra i protagonisti dell'evento 'Man... in the kitchen', firmato CMproject, da un'idea di Marco Calisse, in programma stasera a Roma, che vuole fondere due grandi mondi: quello del food e quello del fashion. Brand, creazioni culinarie e modelli giudicati da una giuria di esperti: giovani designer con la loro collezione maschile ispirata al tema della gastronomia; 15 giovani modelli; creazioni artistiche degli chef.

"Ultimamente sono in aumento -spiega ancora lo chef - i cuochi amatoriali che si cimentano nella cucina della propria casa. La diffusione della buona cucina tra i programmi televisivi, infatti, coinvolge anche tutti gli uomini che, non professionisti, hanno voglia di cimentarsi tra le fiamme. La possibilità di trovare facilmente prodotti freschi e pronti, magari anche puliti, e prodotti congelati che sono pronti in pochi minuti, permette di creare prodotti veloci e discreti. Ma per mangiare bene, alla fine, basterebbe comprare dai piccoli mercatini: in questo modo si risparmia e la qualità è decisamente migliore, ma ovviamente la ricerca chiede più tempo".

Ecco, allora, i 5 consigli di Alessandro Circiello per la spesa e per cucinare: "1. preferire la frutta e la verdura di stagione; 2. giocare con i colori; 3. creare un primo diverso, come un risotto o un orzo, che sorprende anche con ricette tradizionali e più semplici, rendendo il giudizio positivo sempre più facile; 4. giocare con gli abbinamenti: le classiche polpette potrebbe esserlo fatte con il pollo, ad esempio, con creme di verdure, ad esempio di piselli; meno sale e più erbe aromatiche, perché il primo non fa bene, e le seconde sono molto più interessanti a livello di gusto".

Ma dallo chef arrivano anche i consigli per i menu estivi: "Il consiglio principale è quello di giocare con la semplicità: solo alimenti di stagione, quindi evitate d'estate mele e arance".

Cerca nel sito

**SPECIALE
EXPO 2015**

Vai allo speciale Expo 2015

Video da Expo

Eventi

Protagonisti

ACQUISTA ORA
MANGI MEGLIO, VIVI MEGLIO...
ANCHE IN VACANZA!

ACQUISTA ORA
MANGI MEGLIO, VIVI MEGLIO...
ANCHE IN VACANZA!

Notizie Più Cliccate

- "Amore, sono tornato a ca...": Marine fa una sorpresa alla moglie e la trova con l'amante /Video
- "Mi fanno schifo le donne che vanno con gli sposati", lo sfogo dell'ex moglie di Raulo Bova
- Sorpresa Ligabue, alla 'Notte della Taranta' canterà in dialetto salentino
- Napoli, incidente al Magic World: gravissimo un 23enne
- Addio 118, arriva il numero unico emergenze 112

"Puntate sulla leggerezza: una cottura delicata a vapore per l'antipasto, magari delle verdure crude o marinate, con un primo privo di soffritti e con media cottura, perché le cotture rovinano qualità e sapore del piatto. Per secondo una carne magra o, ancora meglio, un pesce azzurro, la ricciola, il pesce spada o il tonno, ma ce ne sono tanti altri meno famosi, come lo sgombro, tutti ricchi di omega 3 e di proprietà nutrizionali", suggerisce.

Accedi 2

Annunci Google

Forte dei Marmi Hotel
€29.00 Trova l'hotel ideale con trivago
trivago.it

TAG: [chef](#), [Alessandro Circiello](#), [enogastronomia](#), [moda](#)

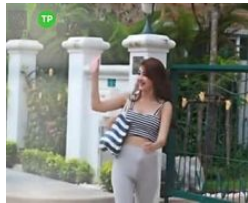
Potrebbe interessarti



Coppia fa sesso in un centro commerciale: "Travolti da passione"



Dai 20 film porno visti su più schermi ai tanga per mamma e figlia, svelate



Un pene finto per prevenire le aggressioni, boom in Thailandia di



Pene alla Rocco Siffredi? Arriva il sito di dating per superdotati



Sesso in un click. Giovanissimi stregati da chat e siti porno, tra



'A dir poco imbarazzante', il tweet di Emma Marrone si



'La sposa catetere' e l'incidente che le cambia la vita: "Sono disabile e



Madre sciagurata, dopo lavatrice lancia in aria l'altro figlio

Raccomandato da

Annunci Google

Voli Roma - Catania
€25.00 Confronta e Risparmia fino al 75% con Jetcost!
Jetcost.it

Grand Hotel Savoia
308,32 € Miglior Prezzo Garantito
Booking.com

Prestiti Inpdap 100%
Fino a 60.000€ in 120 rate mensili. Preventivo in 2 minuti. Chiedi ora!
prestiti.nordfin.it/inpdap

Commenti

Per scrivere un commento è necessario registrarsi ed accedere: [ACCEDI](#) oppure [REGISTRATI](#)

Video



Il Trasimeno si tinge di blues



Forestale, sindacati in piazza contro scioglimento



I cuccioli di volpe orfani trovano una seconda possibilità

In Evidenza



In collaborazione con Io lavoro Liguria



Eggtronic chiude round di investimento da 1,5 mln



Paolo Nespoli sarà il prossimo astronauta italiano Esa a volare nel 2017



Attraversa lo Stretto con Telepass, al via la collaborazione con Caronte & Tourist



A Roma la Festa internazionale della frutta e della verdura



Guarda i Programmi Adnkronos

Officine per una Generazione di Giovani Innovatori