



di Maurizio De Pasquale
www.orlandipasticceria.com

Trend • ALIMENTARI • del 2018

Il mercato è sempre più agguerrito alla ricerca di nuove onde da cavalcare e possibilmente prima degli altri. Come riuscirci? Partendo dal presupposto che la sfera di cristallo e il dono della preveggenza non lo ha nessuno - almeno io non ho ancora trovato nessuno con questo dono - credo sia un'azione giusta invece analizzare i diversi competitor, le loro mosse, fare brainstorming e trarre le linee guida principali. Oggi i consumatori cercano una sorta di conforto nel cibo, mantenendo sapori tradizionali, ma

IL 2018 SARÀ L'ANNO INTERNAZIONALE DEL CIBO ITALIANO NEL MONDO

rivisitati in chiave moderna. Il 2018 sarà l'anno internazionale del cibo italiano nel mondo. Il mondo ha bisogno del cibo italiano e lo dimostrano i dati dell'export in continua crescita.

Quindi iniziamo.

Prima di tutto l'*Healthy food*, il cibo salutare, sarà il cibo predominante del 2018. Sempre più persone e direi finalmente, iniziano a guardare in maniera più approfondita a ciò che mangiano. Molte più persone seguono ormai una dieta più salutare, rinnovando gli sforzi per eliminare gli sprechi alimentari. Anche il tempo richiesto nelle preparazioni è un parametro importante. Dedichiamo sempre meno tempo in cucina. Il consumatore ricerca sempre di più preparazioni veloci, ma salutari.



Fusillo ai ceci in crema di bufala pomodorini pachino, misticanza di peperoni e sale rosa dell'Himalaya



Sashimi

Tra le tendenze sempre più in crescita troviamo:

LOW-SUGAR, LOW-CARB

Sicuramente i due major elementi che nel 2018 si prenderanno in considerazione (il trend è già iniziato) saranno tutti quei cibi a basso contenuto di zuccheri e a basso contenuto di carboidrati. Il 95% degli snack dolci e salati oggi presenti sugli scaffali sono prodotti con zuccheri e carboidrati. Se diamo uno sguardo agli scaffali della grande distribuzione americana o comunque estera vi sono già tante proposte che vanno in questa direzione. Sostituzione degli zuccheri con sciroppi, o ingredienti alternativi e riduzione drastica del contenuto dei carboidrati. Iniziamo a trovare delle valide alternative anche nel mondo pasta ad esempio con soluzioni a basso contenuto di carboidrati e più ricche in proteine con la pasta 100% ceci.

CIBI CRUDI

Sempre più persone stanno optando per i cibi non cotti. Si possono trovare degli snack a base di cibi che non subiscono trattamenti termici, proprio per non perdere tutte le qualità organolettiche. Un tipico

esempio di cibo non cotto, o comunque di piatti che non subiscono trattamenti termici violenti sono le preparazioni di origine giapponese, come il sashimi. Anche il Kefir e l'apple pie crudo è un ottimo esempio che sta iniziando a spopolare. Fermo restando le dovute accortezze di buona gestione degli alimenti, introdurre e alternare nella nostra alimentazione cibi crudi significa mantenere intatte tutte le qualità organolettiche, migliorare la digestione, assimilare la giusta energia. Ricordiamoci che cibi crudi e freschi come frutta e verdura di stagione aiutano a mantenere la giusta idratazione.

RICCO IN FIBRE E PROTEINE

Le bevande proteiche sono ormai popolari negli ambienti delle palestre. Inoltre stanno prendendo piede anche tra le persone che abitualmente non frequentano le palestre, ma che necessitano di integrare le loro diete alimentari. Prodotti user-friendly, ricche di proteine e ricche in fibre sono tra i claims maggiormente ricercati. Ricordiamoci che le proteine, meglio se di origine vegetale servono

a ricostruire ciò che si è perso durante l'allenamento, mentre le fibre aiutano a mantenere un equilibrio intestinale.

CURCUMA

La curcuma è tra le spezie più conosciute nella cucina indiana oltre al curry. Molte persone stanno arricchendo i loro pasti con la curcuma poiché ricca di composti bioattivi che aiutano la digestione. Sicuramente l'utilizzo della curcuma sta delineando un nuovo trend. Ha proprietà antinfiammatorie, antiossidanti, antidolorifiche. Si consiglia l'assunzione dai 3 ai 5 grammi al giorno.



Curcuma



FRUTTA DISIDRATATA E SNACK SALATI

Tutto ha avuto inizio con la frutta disidratata. Albicocca, mela, fico, banana e tante altre varietà ormai fanno parte della quotidianità. Gli scaffali dei supermercati offrono una vasta scelta e per tutti i gusti. Ma non solo frutta, poiché questo trend si sta allargando anche ad altri tipi di cibi disidratati tipo la carne e le patate. Si possono trovare snack salati a base di cavolo, cavolfiore, zucca, peperoni, così come snack a base di legumi come i ceci, le lenticchie rosse e i piselli verdi. Il tutto con l'obiettivo di basso contenuto di carboidrati e riduzione del peso.

CIBI FERMENTATI

Dire cibo fermentato non suona bene, ma sicuramente avrà un impatto positivo per il prossimo futuro. Cibo fermentato è sinonimo di cibo energetico e altamente digeribile. Rientra sicuramente nel concetto healthy food. Il Miso ad esempio è prodotto con i fagioli fermentati, e sta avendo un enorme successo. Il tempeh, il natto e il kimchi sono altri ottimi esempi di cibi fermentati.

CIBI PROBIOTICI E PREBIOTICI

Anche se non è un vero e proprio trend, il consumo di cibi che rientrano in questa sessione è in crescita. Yogurt, frutta secca, muesli e vegetali sono tra i cibi che il consumatore sta maggiormente consumando poiché ricchi in fibre e/o di fermenti lattici che aiutano la corretta funzionalità intestinale.

i trend del fuori casa

A chi non piace coccolarsi con una buona cena? L'industria della ristorazione è sempre molto sensibile ai nuovi trend di mercato, poiché di fatto determinano il posizionamento e il successo di un locale. Uno degli aspetti contro cui i ristoratori devono combattere è la gestione dello spreco. Una gran parte dei vegetali spesso e volentieri finiscono nel bidone dell'umido. Oggi l'approccio a tale problema sta nel riutilizzare anche quelle parti di vegetali che normalmente non vengono utilizzate. Ad esempio dallo scarto della carota si possono fare degli ottimi pesti, o dalla disidratazione di alcuni vegetali, gli scarti ovviamente si possono creare delle cialde commestibili che vanno ad arricchire i piatti.



Miso



Colazione all'americana



Alghe

COLAZIONE ALL'AMERICANA

Anche l'idea del breakfast si sta rivalutando. Oltre al cappuccino e brioche, tipicamente italiani sta prendendo piede da parte di alcuni locali di tendenza delle colazioni rinforzate a base di uova, salsicce, verdure ed ogni altra leccornia, insomma un breakfast tipicamente american style.

ISPIRAZIONI ASIATICHE

Da sempre il cibo proveniente dai paesi asiatici è fonte di curiosità, ma anche di ispirazione. Alghe e tofu arricchiscono i nostri piatti più occidentali. Oltre agli ottimi

ristoranti giapponesi, anche lo stile coreano sta suscitando grande interesse. Alcuni piatti, seppur molto piccanti, ritrovano il gusto di molti italiani.

tra i top food

ALGHE

Superfood ricco in proteine ottimo sostituto della carne. Un tipico cibo molto famoso nel mondo veg-vegan. Prodotto salustistico con diverse proprietà nutrizionali. Il loro consumo è sempre crescente,

disponibili fresche o essiccate da sgranocchiare come snack.

INSETTI

Cavallette, grilli, larve, presto li troveremo anche nei menù dei ristoranti di tendenza. Dal 2018 la vendita di insetti commestibili sarà liberalizzata anche in Italia. Proprio così, da gennaio 2018 entrerà in vigore la normativa sul novel food. Il 48% degli italiani dice che è disposto a provare cibi e pietanze a base di insetti. Anche in questo caso, buon appetito!

R

DAL 2018 LA
VENDITA
DI **INSETTI**
COMMESTIBILI
SARÀ
LIBERALIZZATA
ANCHE **IN ITALIA**



Insetti