

Marco Viviani, sous-chef de prestige

di Nina Pasteris e Morena Zanetti, 4A



Marco Viviani di Capriasca, nato nel 1982, è cuoco da 17 anni. Ha cominciato come apprendista nel 1998 al Grand Hôtel Eden di Paradiso, poi alla Villa Principe Leopoldo con una parentesi al Ristorante Stazione di Tesserete, una stagione invernale a San Moritz e un anno e mezzo al Cristallo di Lugano. Tre anni fa, come sous-chef al Principe Leopoldo, uno dei ristoranti più prestigiosi del Ticino, si è classificato al 3.o posto nella finale del Cuoco d'Oro Kadi a Berna. Dal 2014 è sous-chef alla Clinica Hildebrand di Brissago. Ecco ciò che ci ha raccontato.



Perché hai scelto questa professione?

Ho cominciato ad appassionarmi quando andavo ancora alle scuole medie e mia madre era ritornata a lavorare. Allora, mentre i miei fratelli andavano uno al Liceo e l'altro alla Scuola tecnica, io ero il primo ad arrivare a casa a mezzogiorno e mi mettevo a cucinare, a fare un piatto di pasta, cose semplici chiaramente. Tra i 14 e i 15 anni, quando bene o male devi cominciare a scegliere la tua professione futura, anche mia madre mi disse: "Ma perché, visto che sei bravo a cucinare e ti piace, non provi a fare uno stage?" E così ho fatto! Sono andato al Sant'Abbondio, un ristorante che ormai non c'è più, e non è stata un'esperienza bellissima perché mi mettevano dalla mattina alla sera a sfogliare cavolini di Bruxelles, una foglia per volta. E io, probabilmente hanno sbagliato un po' loro, dal piacere nel cucinare sono passato allo spavento e mi sono detto: "Come cuoco devo fare questi lavori dalla mattina alla sera? No, non posso!" Ma poi ho deciso per un altro stage al Du Lac a Paradiso, un hotel a 4 stelle. E lì, invece, già mi mettevano a spadellare e a preparare la pasta fresca. Allora ho scelto: "Questo è il mestiere che voglio fare: sarò cuoco".

È stato impegnativo l'apprendistato?

Impegnativo sì e no, anche se, sicuramente, ti scombussola un po' la vita, perché i tuoi ritmi cambiano totalmente: lavori fino a tarda sera, fino alle 22-23.30, poi magari hai il turno delle colazioni e devi riprendere alle 5.30 del mattino dopo. Però, chi si può permettere a 15-16 anni di andare al lavoro col motorino e tornare alle 11 di sera e poi magari andar a bere qualcosa? Insomma ti senti già quasi grande, perché diventi molto più indipendente e le responsabilità ci sono sì e no. La parte dura viene dopo l'apprendistato, quando inizia la vera gavetta.



Quali devono essere le qualità di un cuoco?

Se hai la passione, lo spirito di sacrificio e il piacere di lavorare in un team, più o meno le qualità le hai tutte.

Quali sono gli aspetti positivi e negativi del suo mestiere?

Secondo me è uno dei lavori più belli del mondo, perché puoi esprimere la tua creatività. Chiaramente all'inizio devi fare quello che ti dicono e basta; però, più vai avanti, più puoi veramente esprimerti. E poi la soddisfazione che ti dà giornalmente: io faccio il paragone con uno scienziato, che prima di ricevere la soddisfazione ha magari un anno di esperimenti. Invece noi, giornalmente quando arriva il feedback positivo dal cliente, siamo soddisfatti. D'altra parte, al contrario, puoi ricevere critiche e alcune ti buttano giù.

Tra gli aspetti negativi sicuramente c'è il fatto degli orari, che lavori nelle festività, che lavori quasi sempre il weekend. Praticamente quando i tuoi amici sono in giro a divertirsi, tu sei al lavoro. Poi ci fai l'abitudine. Però a lungo andare può pesare un po'. È anche questo il motivo della mia nuova scelta che son contento d'aver fatto tardi, nel senso che ho tenuto duro fino ai trent'anni passati. C'è anche chi non cambia mai. Io con due figli ho dovuto fare delle scelte e ho dato la priorità alla famiglia. Se ho fatto dei figli, è anche per vederli crescere. Ne ho discusso con mia moglie che mi ha sempre sostenuto, che non mi ha mai frenato, anzi mi ha sempre spinto, non nella direzione più semplice, ma in quella migliore per me e per il nostro futuro.

Cosa ricordi del "cuoco d'oro" di tre anni fa?

È stata una delle esperienze più belle della mia vita, anche se è stato durissimo, nel senso che ho avuto 6-7 mesi di preparazione, da conciliare con il lavoro al Principe Leopoldo (cioè 11-12 ore giornaliere) e la vita di famiglia. Non è stato per niente evidente. Magari iniziavo a lavorare al mattino alle 9 e finivo alle 15. Poi, durante la mia pausa, stavo lì a



fare delle prove, delle piccole simulazioni per arrivare il più preparato possibile. Riprendevo infine alle 18.30 rientrando a casa a mezzanotte. Giornate terribilmente lunghe, quindi!

Cosa intendi con simulazione?

Facevo finta che era il concorso. Avevamo delle direttive da seguire, non siamo arrivati alla finale con una sorpresa, ma con il programma fatto, con il menù definito. E quindi io stavo nella cucina a banchetti, la predisponevo più o meno come quella del concorso e lavoravo: ogni movimento sbagliato sono minuti che perdi e poi alla fine non ce la fai a fare quello che devi. Ne ho fatte 4-5 di simulazioni.

Come ti trovi ora alla Clinica Hildebrand?

Ero un po' spaventato, per questo cambiamento, ma sapevo che dovevo farlo o almeno provarci, perché se no mi sarei pentito. La mia paura era: "Sarò soddisfatto? Sarò contento della scelta?". Inizialmente è stato molto pesante: sono arrivato come sous-chef in una brigata in cui lo chef era lì da 15 anni, lo sous-chef da 20 anni e gli altri cuochi da circa 10. Così sono spuntato dall'esterno come il giovincello di turno con anche delle competenze di cambiamenti grossi che normalmente fa lo chef. Appena cominciato, mi accorgevo che avevo 10 fucili puntati contro di me perché i colleghi non erano troppo disposti ad accettare i miei cambiamenti. Fortunatamente ho sempre avuto l'appoggio della direzione e soprattutto del responsabile della ristorazione, che mi ha dato forza. Inoltre ritengo di avere un pregio: quello di riuscire a socializzare con le persone. Nel senso che se tu non dai motivo a una persona di essere contro di te, alla fine tu l'avrai vinta. Perché solo se tu cedi alle provocazioni alla fine perdi. Adesso la brigata mi ascolta, mi segue; tutti cerchiamo di remare nella stessa direzione e i frutti si raccolgono: si vedono i cambiamenti e i miglioramenti, anche



grazie allo chef che ha 60 anni e che stimo molto perché non è evidente per lui aver fatto un passo indietro per lasciar spazio a me. Anche pur avendo una visione del lavoro completamente diversa, riusciamo a trovare un punto d'incontro per andare avanti.

Dovete preparare pranzi speciali per alcuni pazienti?

In clinica c'è un menu che dura quattro settimane, con due proposte sia a mezzogiorno che alla sera. Dopo le quattro settimane lo si ripete. Per ogni piatto bisogna fare la ricetta dettagliata e adattarlo ai vari tipi di diete e ai vari tipi di livello di masticazione. Per le diete ci sono i lipolipidici, i diabetici e gli ipocalorici. Fatto questo, ho dovuto adattare ogni menu al tipo di masticazione. Essendo una clinica di riabilitazione nel campo neurologico e muscolo-scheletrico, noi abbiamo tanti casi di ictus. Tanti pazienti hanno difficoltà o nella masticazione o nella deglutizione, quindi dobbiamo adattare lo spessore della pietanza. Partiamo da un livello 4, che vuol dire pureato (per i pazienti che hanno bisogno di cibi cremosi che praticamente scendono da soli nella gola), poi abbiamo il livello 5 che è tritato fine, il livello 6 tritato un po' più grosso, il 7 ancora più grosso e infine il tagliato, per quelli che hanno difficoltà nel tagliare.

Le emozioni nel cucinare sono le stesse?

Le emozioni e le soddisfazioni sono diverse perché se al Principe Leopoldo ricevevi i complimenti per il lavoro bello che avevi fatto, eri comunque meno esposto verso il cliente, in quanto la figura principale era sempre lo chef Dario Ranza. Di conseguenza erano più soddisfazioni personali per il lavoro che svolgevi, ma non per quello che sentivi direttamente dal cliente. Alla Clinica Hildebrand hai più contatto coi pazienti, con persone che stanno male, perché l'obiettivo è la riabilitazione, è il cercare di fare sentire il paziente quasi come in un albergo. Vogliamo far mettere il paziente a suo agio e questo anche con la cucina: cerchiamo perciò di migliorarci sempre, di guarnire i piatti, di farli i più belli possibili. Questo ci differenzia molto da un ospedale o da un'altra clinica perché il paziente, se si sente bene con se stesso, sicuramente avrà migliori risultati nella riabilitazione dove si applica e lavora meglio se è contento. Questa è la nostra soddisfazione.

Il Principe Leopoldo è stato il passato. La Clinica Hildebrand è il presente. Come vorresti il futuro?

Io non nascondo il mio obiettivo: sicuramente diventare chef di cucina, se no, non ci sarei andato. Chiaramente me lo devo meritare, non è scontato che lo farò; altrimenti non fa niente e cambierei qualcosa. Ma non metterò radici a fare quello che sto facendo.

Non vorresti un ristorante tutto tuo?

Di questo ne ho parlato anche con mia moglie, non dico né sì, né no. Non si sa. A me piacerebbe, è il sogno di ogni

cuoco. Però sappiamo che il turismo in Ticino va sempre calando e le difficoltà sono moltissime. In Europa siamo il paese con il costo delle materie più elevato, lo stesso per quello del personale e, di conseguenza, è molto difficile riuscire a galleggiare. Sicuramente finché i figli non avranno finito le loro formazioni e io potrò permettermi di rischiare, penso proprio di no. In futuro magari cercheremo nuovi stimoli, quando loro saranno fuori di casa. Adesso non me la sento.

Un consiglio per i ragazzi che vogliono intraprendere questa professione, per invogliarli?

Non si può invogliare qualcuno a fare una professione, bisogna sceglierla; soprattutto questa. Durante l'apprendistato prendi qualche franco in più e spesso penso che i ragazzi siano influenzati da questo, senza sapere veramente le conseguenze future. È un mestiere duro, difficile. Il consiglio è sicuramente di fare uno stage e, se si comincia l'apprendistato, è tenere duro ed essere coscienti che quando finisce, non sei ancora cuoco. La virtù più importante del nostro mestiere è l'umiltà. Tanti ragazzi oggi, finito l'apprendistato oppure dopo uno o due anni che fanno i cuochi, si sentono già i professori di turno e questo è sbagliatissimo. Ancora oggi, con l'esperienza che ho, io non mi sento arrivato e credo che tutti, per poter andare avanti, dovrebbero pensarla così.

Sei stato allievo qui alle medie.

Raccontaci qualche tuo ricordo.

Ero un pessimo esempio come allievo, nel senso che prendevo tutto molto alla leggera; per me andava tutto bene anche quando tutto andava male. Insomma il classico ragazzo che si interessava e imparava solo quello che voleva e quello che non gli interessava lo metteva nel cassetto e se ne fregava. Proprio per questo, quando ho cominciato l'apprendistato di cuoco, ero un ottimo allievo di quella scuola. Il mio ricordo delle medie, è sicuramente per le amicizie che ancora ci sono, quelle vere, e per i maestri che comunque prima li vedevi con un certo timore, mentre oggi come delle persone normali, come te.

Puoi inventare un menu per i tuoi ex docenti e uno per noi allievi?

Per gli allievi, visto che più si è giovani, più si è difficili, io farei una bella lasagna alla bolognese, così son tutti contenti, e una bella mousse al cioccolato come dessert. Mentre per gli ex docenti, visto che si avvicina la primavera, come antipasto propongo un'insalatina di astice con caviale di melanzana e burrata profumata al basilico. Come primo un risottino all'aglio orsino con piselli e fave. Come secondo una lombatina d'agnello in crosta di patate con degli asparagi al dragoncello e patate fondenti.

Atelier
della
Musica

Composizione
Musica elettronica
Canto
Pianoforte
Chitarra classica
Chitarra elettrica
Basso elettrico
Violino
Violoncello

Flauto
Clarinetto
Sassofono
Tromba
Fisarmonica
Batteria e percussioni
Materie teoriche
Videoscrittura musicale

SCUOLA DI MUSICA

SERVIZI MUSICALI

Atelier della Musica
Via Brüsighell 6
6807 Tavere
tel. 079 451 35 96
info@atelierdellamusica.ch
www.atelierdellamusica.ch

Organizzazione eventi
Consulenze musicali
Trascrizioni e revisioni
Arrangiamenti
Orchestrazioni
Registrazioni audio
Mixing & Mastering

Produzioni musicali
Colonne sonore
Musiche di scena
Sound Design
Live-electronics
Jingle pubblicitari
Sonorizzazioni ambientali



**IMMOBILIARE
DOMUS SA**
COSTRUZIONI ECOLOGICHE
IN BIO-EDILIZIA

Via Trevano 11 - 6900 Lugano +41 91 960.10.20 info@idomus.ch www.idomus.ch



CAS+ centro di aiuto allo studio

Avete finito l'anno con dei votacci che vorreste recuperare?
Vi piacerebbe fare un ripasso approfondito per tornare a scuola
preparatissimi?

CORSI ESTIVI 2015
GIUGNO - LUGLIO - AGOSTO
Per scuole medie e liceo

Da quattro anni, con insegnanti qualificati e pazienti per soddisfare ogni
vostra esigenza in modo personalizzato!

ISCRIZIONI ENTRO METÀ GIUGNO!!!
www.corsicast.ch

DA SETTEMBRE 2015 APERTURA DI UNA NUOVA SEDE CAS+ A TESSERETE!!

INFO: CAS+ Via Lavizzari 5 - 6900 Lugano - 091 921 06 26 - 079 935 65 89 cast@bluewin.ch