



conosciamo...

Il cuoco di Casa Capriasca

Anastasia, Giulia, Paolo e Alessandro

Lucio Poretti è il cuoco di Casa Capriasca, dove ci sono gli appartamenti protetti per anziani e dove alcuni dei nostri compagni vanno a mensa. Ve lo presentiamo raccontando un po' della sua carriera professionale e della sua vita quotidiana.



Com'è nata questa sua passione?

La passione per cucinare è nata quando ero piccolo grazie alle mie nonne che mi hanno viziato con la loro cucina. A dire la verità, fino a dieci anni pensavo di diventare cameriere, aiutavo mia mamma e le nonne facendo piccoli lavori. Una volta arrivato in quarta media ho fatto alcuni stages di cucina e pasticceria, alla fine dei quali ho deciso di diventare cuoco.

Qual è stato il suo cammino professionale?

Ho svolto l'apprendistato di tre anni presso il Grand Hotel Eden di Lugano-Paradiso. Finita la formazione sono andato a scuola reclute e prima di cominciare la scuola sottoufficiali più pagamento grado in quel di Herisau, sono andato a "farmi le ossa" in un ristorante a Lugano. Dopo l'esperienza del servizio militare ho lavorato una stagione invernale a St. Moritz, poi sono stato in Irlanda per quattro mesi e mezzo a studiare l'inglese; lì ho pure lavorato in una trattoria a Galway. In seguito ho fatto alcune supplenze a Casa Capriasca dove ho avuto un primo approccio molto positivo con gli ospiti ed il personale della struttura. Sono tornato a St. Moritz per un'altra stagione invernale, per poi ritornare in Ticino e lavorare due anni all'Hotel Villa Principe Leopoldo. In seguito ho lavorato a Gstaad, nell'Oberland Bernese, e poi ho fatto anche una stagione in Sardegna. Quando sono tornato ho partecipato al concorso per Casa Capriasca dove sono stato assunto e svolgo la mia professione tuttora. In totale, prima di trovare un posto fisso, ho girato per sette anni.

Qual è stata la cucina più grande nella quale ha lavorato?

Sicuramente a St. Moritz, cucina grandissima, ho lavorato in una "brigata" composta da 50 cuochi dove, oltre al ser-

vizio in camera, vi erano in totale 5 ristoranti diversi all'interno dell'albergo.

Tra tutti i posti dove è stato a lavorare, dove le piacerebbe fare una vacanza?

Quando mio figlio sarà più grande tornerò sicuramente in Irlanda; se dovessi alloggiare in uno dei grandi alberghi dove ho lavorato riuscirei a restarci solo per 3-4 giorni, amo viaggiare ed i luoghi, la cultura, la gente della "verde isola" hanno un fascino davvero particolare.

Da quanti anni fa questo lavoro?

Faccio questo lavoro da dodici anni .

Come sono i suoi orari lavorativi?

Comincio alle 8.00 fino alle 14.00 e in serata inizio alle 17.00 fino alle 19.00. Questi sono orari da casa anziani mentre quando lavoravo negli hôtel gli orari di lavoro erano più duri, a volte si riusciva a staccare solo per un'oretta.

I nostri compagni che vanno alla mensa di Casa Capriasca hanno gusti difficili o mangiano di tutto? C'è qualcosa che piace loro particolarmente?

In generale mangiano di tutto e gli alimenti meno graditi, alla fine, sono sempre quelli: il pesce e le verdure. C'è anche chi ha delle intolleranze alimentari o delle allergie e quindi deve rinunciare a qualcosa. Il piatto che preferiscono penso sia la pizza.

Qual è la sua ricetta preferita?

Questa è la domanda più difficile per un cuoco. Io personalmente non ho una ricetta preferita, ma se devo proprio rispondere dico che mi piace molto lavorare e cucinare la pasta fresca, fatta in casa.

Se vuoi stupire i tuoi ospiti, quale menu prepara?

Non ho un menù base per stupire... provo

a dirvi cosa ho intenzione di fare tra un paio di settimane che ho amici a cena. Aperitivo semplice d'accoglienza con grissini, patatine, qualche antipastino improvvisato, il tutto accompagnato con un vino bianco vallesano "Johannisberg", bello fresco. Come primo dei ravioli di magro fatti in casa con pomodorini e olive taggiasche profumati all'erba cipollina. Come secondo un "incontro" di lombatina d'agnello in crosta di timo e filetto di Puledro con burro al vino rosso. Gratin di patate al forno. Ratatouille di verdure croccanti al basilico. Il tutto accompagnato da un ottimo vino rosso Bulgaro "Castrarubra" del 2008. Come dessert il tiramisù ai lamponi di mia moglie è il top! Poi per chi desidera terminiamo con caffè e digestivi vari.

Secondo lei è possibile diventare un ottimo cuoco senza aver vissuto esperienze in altre nazioni?

Secondo me, se si ha la possibilità di viaggiare è consigliabile farlo, così da crescere facendo esperienze non solo di lavoro ma anche dal punto di vista umano conoscendo persone, culture, usanze eccetera. Con questo non dico che per diventare un ottimo cuoco bisogna per forza viaggiare... ma un lato positivo del mio mestiere è proprio quello di trovare facilmente lavoro all'estero anche perché la formazione Svizzera è molto rinomata nel mondo.

C'è un ristorante in Ticino dove le piace andare a mangiare?

Ce ne sono diversi, ne dico uno: la trattoria "Anema e Core" a Viganello dove si mangia molto bene il pesce, la pizza ed altre specialità della cucina napoletana.

C'è una cucina etnica che le piace particolarmente?

A dire il vero non ho una preferenza...



94 adoro la cucina italiana e quella asiatica. Secondo me la cucina della propria nonna non la batte nessuno, e penso di parlare per tutti.

Chi cucina in casa sua, lei o sua moglie?

Dipende dai giorni. Generalmente, quando lavoro, cucina lei, mentre quando sono a casa o abbiamo degli ospiti, cucino io.

Quale spezie non devono mai mancare?

Adoro il rosmarino, la salvia e tutte le erbe fresche, l'erba cipollina, il prezzemolo, il basilico...

Con gli anziani non posso utilizzare spezie troppo forti ma a casa ho alcune qualità di Curry provenienti dalla Malesia.

Acquista prodotti freschi o già preparati?

Prevalentemente lavoro con prodotti freschi, ma alcuni prodotti, come per esempio il pesce, lo acquisto congelato.

Cosa fa con gli alimenti che avanzano in cucina? Li butta o prepara altre ricette?

Cerco sempre di riutilizzare gli avanzi. Per esempio, se faccio un bollito misto di carne, con il brodo che avanza cucino il risotto. Per poter riutilizzare i prodotti bisogna ricordarsi una regola molto importante in cucina: l'igiene. Bisogna assolutamente non interrompere la cosiddetta "catena del freddo" oltre ovviamente effettuare una corretta manipolazione degli alimenti tramite strumenti adatti, puliti eccetera. Le norme igieniche sono importantissime.

Qual è la regola più importante nella sua cucina?

Ve ne sono diverse ma le più importanti sono l'igiene (anche personale), l'ordine, la pulizia e sicuramente l'umiltà che è importante per qualsiasi lavoro si decide

d'intraprendere. A mio parere, per essere un buon cuoco bisogna sapere cosa vuol dire svolgere in maniera corretta con pazienza, spirito di sacrificio eccetera, tutti i lavori, a cominciare dai più umili.

Le piace sempre la sua professione?

Sì! Amo la mia professione anche se, rispetto ad un ristorante gastronomico, in una mensa di una casa anziani sono un po' più limitato in quello che faccio. Mi piace inoltre stare vicino agli anziani; oltre a cucinare posso dire di svolgere anche un po' di lavoro sociale.

Fa delle esperienze per nuove ricette?

Certo! Mi piace molto sperimentare, sviluppare nuove ricette. Dopo aver acquisito un po' d'esperienza è bello creare qualcosa di proprio.

Ciclone SA


Green mobility

Stefano Rezzonico

Via Cantonale 13
CH-6944 Cureglia

Telefono +41 (0) 91 966 12 51
GSM +41 (0) 79 772 29 51
stefano.rezzonico@ciclone.ch
www.ciclone.ch







Dal 1987 una famiglia ...

Michele Braccia
Via Serta 6
CH-6814 Lamone

Tel. +41 091 945 02 35
Fax +41 091 945 01 81
Nat. 079 218 07 93

info@serta.ch
www.serta.ch





- Tutto l'anno le migliori carni alla griglia a legna
- Cucina curata, secondo stagione
- Specialisti in banchetti
- Fresca terrazza con pergolato fino a 80 posti
- 8 camere dotate di doccia, WC, TV, Mini-Bar e wire-less gratuita
- Ampio posteggio alberato ed aperti tutto l'anno



Trasporti Pennella

Rocco Pennella

Via Quatorta 2 , CH - 6533 Lumino

Tel.: +41 76 390 05 41
+41 79 262 72 89
Tel./Fax: +41 91 829 00 78