FRESH POINT MAGAZINE
Bimestrale
New Business Media

HORECA & FOOD SERVICE

Plato, a Milano il primo ristorante che punta sui super alimenti

Nato per conquistare chic food lover alla ricerca delle ultime novità gastronomiche, con un'offerta vegetale molto ricca. Anche un truck elettrico per lo street food in città

di DANIELE COLOMBO @daniele_colombo

Si chiama Plato-Chic Superfood ed è il primo ristorante in Italia con un format basato sui super alimenti. Il nome del locale è un richiamo al piatto, ma anche il mito della caverna di Platone, perché il cibo è conoscenza. Aperto in pieno centro Milano dal luglio 2018, è il frutto di due anni di ricerche, coinvolgendo chef e nutrizionisti. "Il senso del progetto è integrare competenze e innovare nel solco della tradizione", spiega Mariangela Affinita, una laurea in Economia, che rappresenta la famiglia proprietaria, specializzata in componentistica d'auto e lanciata anche nel food. L'offerta vegetale punta su prodotti ormai maturi come spirulina, avocado, açaì, mirtillo, bacche di goji, noci, mandorle, cavolo nero, pak-choi, matcha,

La svolta gourmet dello chef Davide Castoldi

Davide Castoldi, 42 anni, nato a Monza, ha seguito l'ideazione delle ricette di Plato. Nella sua vita professionale ha avuto modo di avvicinarsi alle cucine internazionali più prestigiose, confrontandosi anche con i grandi numeri. La svolta gourmet è stata tracciata da un periodo importante passato Oltreoceano, un successivo rientro in patria, molteplici collaborazioni di prestigio con chef stellati che segneranno in qualche modo la sua visione di cucina.

Davide, in quali pietanze in carta utilizzate la moringa?
Attualmente abbiamo delle tagliatelle fresche alla moringa con fagiolini cotti e crudi e polvere di pizzaiola.

Quali parti della moringa vengono utilizzate, che caratteristiche ha come gusto e cosa dà alle preparazioni?
La moringa è completamente commestibile. Purtroppo in Italia non abbiamo a disposizione la pianta fresca, ma possiamo utilizzare le foglie e semi in polvere. Le foglie hanno un sapore leggermente piccante, simile a quello del ravanello, che contribuiscono a esaltare i sapori delle pietanze. La moringa ha proprietà benefiche: è ricca di sostanze antiossidanti e antinfiammatorie che la rendono efficace nel proteggere il sistema immunitario, favorire una buona circolazione e una digestione sana, riequilibrare il metabolismo, regolare i livelli ormonali, trattare l'acne e garantire una pelle più morbida.

Quali altri superfood Plato impiega?
Plato è un locale superfood e tutto quello che offriamo ai nostri clienti è caratterizzato da materie prime e piatti che hanno proprietà nutritive e benefici. Bacche, spezie e semi che contengono principi attivi particolarmente interessanti per la salute non sono gli unici alimenti: anche pesce, frutta e verdura di cui seguiamo la stagionalità secondo la loro maturazione naturale, portando in dote al palato una ricchezza straordinaria, diversificando l'apporto di vitamine, sali minerali e altri nutrienti di cui l'organismo ha bisogno.

Che tipo di cotture prediligete?
La cottura, qualunque essa sia, comporta sempre una trasformazione degli alimenti. L'effetto più conosciuto è la perdita delle vitamine ma, con il calore, gli alimenti possono perdere anche acqua e sali minerali. Noi cerchiamo di mantenere tutte le proprietà organolettiche, per questo prediligiamo le cotture a vapore o a bassa temperatura per preservare maggiormente i sapori.

rapa rossa, germogli. Questi vengono abbinati ad alimenti in voga come sorgo, teff, semi di chia e lino, salmone, con un occhio di riguardo per la tradizione della cucina italiana. Un esempio? Le olive con il baobab. Tra i super alimenti si può gustare anche la moringa, proposta a colazione con il tè o attualmente per pranzo (il menu è stagionale) con tagliolini, tartare di manzo, fagiolini cotti e crudi e polvere di pizzaiola. "Ha qualità eccezionali ed è profumata, ha gusto delicato e aromatico, erbaceo" spiega Davide Castoldi, già executive chef del Gallia, che ha fatto da consulente per le ricette. Plato è aperto per la colazione, un light lunch e light dinner, oltre che per il classico aperitivo: tutto con superfood. Un truck elettrico ed ecologico girerà per la città a offrire anche street-food, come l'iconico I Veli (brevettato), sottili sfoglie di farine speciali, prive di lievito e glutine, ripiene di superfood. Niente imposizioni punitive, ma al contrario un'esaltazione del gusto e un richiamo alla tradizione italiana, seguendo una corretta alimentazione arricchita da supernutrienti. L'idea è stuzzicare non solo l'appetito ma anche la voglia di sperimentare (uno dei trend di mercato) e conquistare i chic food lover, attenti conoscitori delle ultime novità gastronomiche, che vogliano provare ingredienti e sapori innovativi. Il menu contempla, naturalmente, preparazioni vegetariane e vegane, piatti senza glutine, lieviti, nichel o lattosio per soddisfare tutte le esigenze "free from". La colazione punta sui Veli, dolci o salati, accompagnata da infusi di erbe e fiori bio e succhi di frutta pressati a freddo per mantenere il miglior profilo organolettico. L'ambiente, per 60 posti interni e 20 esterni, è curato come richiede una città che vive di design. •