

**SFIZIOFOOD**  
La bottarga gustosa caviale del Mediterraneo

**ANTEPRIME**  
Amarone 2016 anno di grazia da ricordare



**GONZALO CARRASCO**  
Per Terrazas de los Andes l'altitudine è un'attitudine

# Anche il breakfast diventa un business

Beba Marsano

Vedersi di primo mattino per discutere di affari sta diventando una moda da sfruttare. I luoghi della colazione di Milano e nel resto della Penisola con proposte sempre più varie

Il mattino ha l'oro in bocca, recita un vecchio adagio. Lo sapevano i nostri nonni, come lo sa bene la Bbc, che ha battezzato *Breakfast* la fortunata trasmissione delle 6 del mattino, che dal 2000 va in diretta con i primi aggiornamenti di cronaca, politica, finanza. E lo sanno pure i soci del *Birmingham Business Breakfast Club* che, tra le 7 e le 9 di ogni terzo mercoledì del mese, si riuniscono per concludere affari tra un piatto di uova al bacon e una ciotola di porridge.

Oggi, in ragione di agende di lavoro sempre più fitte e bilanci aziendali sempre più esili, i business meeting si celebrano all'alba, accompagnati da tazze

nessmen di Wall Street per essere presto esportata anche sulle sponde del Tamigi. E con ottimi risultati. Nel 2015 Bertie Stephens, co-fondatore di *flubit.com*, il più grande marketplace online del Regno Unito, chiude un deal da oltre un milione di sterline proprio nel corso di una colazione di un'ora. Il giovane imprenditore ha attribuito il successo dell'affare proprio alla mancanza di affaticamento decisionale che la maggior parte delle persone accumula durante la normale giornata lavorativa.

Da qualche tempo anche in Italia il business breakfast sta incominciando a diffondersi. Soprattutto nella città d'affari per eccellenza, Milano. Luoghi d'incontro privilegiati, i grandi alberghi e le boulangerie di tendenza. Come *Égalité*, il bistrot-panetteria del maître boulanger Thierry Loy, che mette a disposizione dei businessmen più mattinieri una luminosa saletta riservata, affacciata sul laboratorio a vista che, dalle 7.30 fino alle 21, sforna senza sosta i pezzi forti della tradizione francese: baguette, croissant, pain au chocolat, brioche parigine.

Per fare il pieno di energia c'è, invece, *Plato Chic Superfood*, indirizzo relativamente recente, aperto a colazione, pranzo e cena, risultato dell'incontro tra gusto e ricerca scientifica, chef e nutrizionisti. Qui la prima colazione, in versione dolce o salata, è ricca di antiossidanti e fitonutrienti, autentici concentrati di benessere. A scelta dal menu? Estratti dei più fantasiosi (uno per tutti: kiwi, ananas, zuccina, finocchio, matcha), latte e cappuccino vegetali, super croissant integrali, crostate e biscotti gluten free e poi una creazione brevettata, i Veli, sottili sfoglie di farine speciali, prive di lievito e glutine, che contengono ripieni a base di quei tesori alimentari che sono i superfood di stagione. "Alimenti ricchi di nutrienti utili al fabbisogno giornaliero di vitamine, minerali, antiossidanti e fibre", precisano al ristorante.

A base salutista anche il breakfast dell'*Enterprise*, eco-design hotel molto amato dagli uomini d'affari che, negli incontri di lavoro mattutini vengono corrobborati da un ricco buffet con centrifugati di frutta e verdura preparati al momento, prodotti bio, torte fatte in casa, marmellate siciliane e un angolo show



**Non che abbia sostituito il classico pranzo di lavoro, ma vedersi per il breakfast per discutere di affari sta diventando, almeno in alcune grandi città, un'abitudine. Partita da New York, questa moda si è trasferita a Londra e poi in Italia. L'offerta dei grandi alberghi, dei bar del centro e di boulangerie di tendenza, come Égalité, a Milano, spesso è salutista**

di tè nero invece che da coppe di Champagne. La colazione di lavoro, insomma, non è più quella delle 13, bensì delle 8 del mattino, "in nome -anche- di una maggiore efficienza", afferma Robin Jay, esperta motivazionale e autrice del volumetto di consigli dal titolo *L'arte del pranzo d'affari*. Più circoscritto e meno formale, il momento del breakfast rappresenterebbe un immediato invito al dialogo: "Spezzare il pane significa spezzare barriere", dice Jay, che negli Stati Uniti è un'autentica celebrità.

Capofila di questo nuovo rito? La solita New York, dove l'abitudine di incontri rapidi nasce tra i busi-

## Anche il breakfast diventa un business

Beba Marsano

Vedersi di primo mattino per discutere di affari sta diventando una moda da sfruttare. I luoghi della colazione di Milano e nel resto della Penisola con proposte sempre più varie

Il mattino ha l'oro in bocca, recita un vecchio adagio. Lo sapevano i nostri nonni, come lo sa bene la Bbc, che ha battezzato *Breakfast* la fortunata trasmissione delle 6 del mattino, che dal 2000 va in diretta con i primi aggiornamenti di cronaca, politica, finanza. E lo sanno pure i soci del *Birmingham Business Breakfast Club* che, tra le 7 e le 9 di ogni terzo mercoledì del mese, si riuniscono per concludere affari tra un piatto di uova al bacon e una ciotola di porridge.

Oggi, in ragione di agende di lavoro sempre più fitte e bilanci aziendali sempre più esili, i business meeting si celebrano all'alba, accompagnati da tazze

nessmen di Wall Street per essere presto esportata anche sulle sponde del Tamigi. E con ottimi risultati. Nel 2015 Bertie Stephens, co-fondatore di *flubit.com*, il più grande marketplace online del Regno Unito, chiude un deal da oltre un milione di sterline proprio nel corso di una colazione di un'ora. Il giovane imprenditore ha attribuito il successo dell'affare proprio alla mancanza di affaticamento decisionale che la maggior parte delle persone accumula durante la normale giornata lavorativa.

Da qualche tempo anche in Italia il business breakfast sta incominciando a diffondersi. Soprattutto nella città d'affari per eccellenza, Milano. Luoghi d'incontro privilegiati, i grandi alberghi e le boulangerie di tendenza. Come *Égalité*, il bistrot-panetteria del maître boulanger Thierry Loy, che mette a disposizione dei businessmen più mattinieri una luminosa saletta riservata, affacciata sul laboratorio a vista che, dalle 7.30 fino alle 21, sforna senza sosta i pezzi forti della tradizione francese: baguette, croissant, pain au chocolat, brioche parigine.

Per fare il pieno di energia c'è, invece, *Plato Chic Superfood*, indirizzo relativamente recente, aperto a colazione, pranzo e cena, risultato dell'incontro tra gusto e ricerca scientifica, chef e nutrizionisti. Qui la prima colazione, in versione dolce o salata, è ricca di antiossidanti e fitonutrienti, autentici concentrati di benessere. A scelta dal menu? Estratti dei più fantasiosi (uno per tutti: kiwi, ananas, zuccina, finocchio, matcha), latte e cappuccino vegetali, super croissant integrali, crostate e biscotti gluten free e poi una creazione brevettata, i Veli, sottili sfoglie di farine speciali, prive di lievito e glutine, che contengono ripieni a base di quei tesori alimentari che sono i superfood di stagione. "Alimenti ricchi di nutrienti utili al fabbisogno giornaliero di vitamine, minerali, antiossidanti e fibre", precisano al ristorante.

A base salutista anche il breakfast dell'*Enterprise*, eco-design hotel molto amato dagli uomini d'affari che, negli incontri di lavoro mattutini vengono corrobborati da un ricco buffet con centrifugati di frutta e verdura preparati al momento, prodotti bio, torte fatte in casa, marmellate siciliane e un angolo show



**Non che abbia sostituito il classico pranzo di lavoro, ma vedersi per il breakfast per discutere di affari sta diventando, almeno in alcune grandi città, un'abitudine. Partita da New York, questa moda si è trasferita a Londra e poi in Italia. L'offerta dei grandi alberghi, dei bar del centro e di boulangerie di tendenza, come Égalité, a Milano, spesso è salutista**



cooking per waffel, pancake e omelette espressi.

Per la loro cornice di privacy, l'allure, l'efficienza del servizio e la posizione baricentrica, i luoghi deputati agli incontri di lavoro restano, però, i luxury hotel del centro storico. Che, avvezzi ad accogliere ospiti internazionali, si propongono con svariate tipologie di breakfast, compresa quella orientale. Al *Mandarin Oriental*, ad esempio, vengono serviti con successo in un menu dedicato *dim sum* assortiti, vermicelli con uova, pollo, verdure e quella sorta di porridge di riso in brodo di pollo che è il congee, leggero, genuino e corroborante, diffusissimo in tutta l'area asiatica. Anche il *Bulgari Hotel*, accanto al breakfast all'Americana, con cereali e uova d'ordinanza, serve una carta battezzata Colazione cinese (in collaborazione con il raffinato ristorante *Dim Sum*), che comprende una selezione di *dim sum*, zuppa di verdure e ravioli e *pak choi* in padella (una varietà di cavolo ipocalorico dal sapore delicato, erbaceo, con retrogusto amarognolo), accompagnati da ▶



In alto, le golose brioches di *Plato Chic Superfood*, a Milano, dove la colazione è ricca di antiossidanti e fitonutrienti, e il buffet mattutino dell'*Enterprise*, hotel eco-design milanese. Sopra, a sinistra, la colazione del *Bulgari Hotel* che, accanto al breakfast all'Americana, propone anche la colazione cinese con una selezione di *dim sum*; a destra, il *Mandarin Oriental Milan* dove si trova anche il congee, porridge di riso in brodo di pollo. A sinistra, al *Park Hyatt* di Milano la colazione è firmata dal bistellato *Andrea Aprea*: in carta ci sono piatti signature come l'Omelette con astice, ricotta e caviale e l'Uovo in camicia con avocado, salmone affumicato e marinato all'aneto

## TENDENZE



**Il breakfast del business man** all'Excelsior Hotel Gallia, a fianco della Stazione Centrale, a Milano; dalle 6.30 alle 11 offre dolci fatti in casa, frutta fresca, frullati e succhi detossinanti, oltre a piatti espressi. A Roma, L'Uliveto del Rome Cavalieri Waldorf Astoria ha un ricco buffet multietnico -con isola per celiaci- e in estate i tavoli sono a bordo piscina, sotto. A Napoli, breakfast con vista sulla terrazza Le Muse, al sesto piano del Grand Hotel Parker's: tre corner -tradizionale, veggie, salutista- oltre alle sfogliatelle fresche accompagnate dal più autentico espresso partenopeo

un'accurata selezione di tè. Immacabili gli estratti a freddo, detox e antiossidanti, che conservano inalterate le vitamine, gli enzimi, le proprietà terapeutiche di frutta e verdura. "L'assenza di alcol crea una mentalità diversa -afferma Laura Vanderkam, autrice statunitense di *What the most successful people do before Breakfast*: Le persone sono più concrete, fattuali e più focalizzate sul business".

Al Park Hyatt la prima colazione, creata dal due stelle Michelin Andrea Aprea, è un'esperienza gourmet. Servito nello spazio più iconico dell'hotel, La Cupola, con diverse alternative (buffet, continentale, healthy), mette di buon umore fin dal mattino con piatti signature come l'omelette di due uova con astice, ricotta e caviale, l'uovo in camicia accompagnato da avocado, salmone affumicato e marinato all'aneto e, per un'iniezione di energia, waffle con banana caramellata, mirtilli e sciroppo d'acero.

Con le linee ferroviarie dell'alta velocità sono tornati in auge i grand hotel in prossimità delle stazioni.

Spuntarono ai tempi della Belle Époque quali luoghi di coccole e ristoro per viaggiatori d'alto rango e oggi, con la seconda giovinezza del treno, stanno conoscendo un nuovo Rinascimento. Come l'Excelsior Hotel Gallia (design dai toni audaci sull'originaria struttura fin de siècle) che, tra una coincidenza e l'altra, è l'indirizzo perfetto per una riunione informale d'inizio giornata, anche in virtù del suo long breakfast. Che dalle 6.30 fino alle 11 offre dolci fatti in casa, ogni varietà di frutta fresca, frullati e succhi detossinanti, oltre a piatti espressi preparati in una postazione di cucina dal vivo.

Così a Milano. E nel resto della Penisola? A Firenze il business breakfast si consuma dentro una pagina di storia: la sala colazioni del Bernini Palace, già Buvette del Parlamento negli anni di Firenze capitale (1865-70), a due passi dalle aule di Palazzo Vecchio, allora sede della Camera dei Deputati, e degli Uffici, dove si riuniva il Senato del Regno.

A Roma uno degli indirizzi più glamour è L'Uliveto del Rome Cavalieri Waldorf Astoria (in estate tavoli a bordo piscina), dove un ricco buffet multietnico -con isola per celiaci- mette tutti d'accordo. Dolci d'autore in virtù del talento del pastry chef Dario Nuti (per sette anni all'Imago dell'hotel Hassler), capace di coniugare tecniche aristocratiche tutte francesi all'approccio più pop e festoso della pasticceria italiana.

A Napoli, irrinunciabile, power breakfast con vista mozzafiato alla terrazza Le Muse, al sesto piano del grand hotel amato dai viaggiatori del Grand Tour, il Parker's. Tre corner per altrettanti costumi alimentari -tradizionale, veggie, salutista- oltre alle sfogliatelle fresche della casa, accompagnate dal più autentico espresso partenopeo: scuro, denso, bollente. Perché all'ombra del Vesuvio il mattino ha l'oro in moka.

