

IL GIORNALE DI VICENZA

27 giugno 2018

NUOVE TENDENZE. Il menu delle millennials è all'insegna della fantasia

Baba ganoush, tofu quando lui non c'è lei... sperimenta

Giocano con l'ape e preferiscono le verdure, poi il pesce e i cereali

Non più soltanto bigoli coi rovinazzi, ma linguine al tofu, millefoglie di verdure, involtini di crudité e sushi vegetariani: il menù del terzo millennio è all'insegna della sperimentazione negli abbinamenti e nei sapori, ma con al centro ingredienti provenienti dall'orto, in primis le verdure. Fantasia al potere in cucina che vede come prime fan le donne, soprattutto le più giovani, dai 25 ai 35 anni appartenenti alla generazione dei millennials (42%), rispetto ai coetanei uomini (21%).

Pare siano infatti le rappresentanti del gentile sesso le più curiose a sperimentare in cucina e a condividere l'esperienza con le amiche: per questa ragione l'aperitivo risulta essere il momento preferito (53%) rispetto alla tradizionale cena. Cosa sale? In primis vegetali come zucchine (67%), melanzane (58%), zucca (49%) e carciofi (52%), seguite da pesce (48%) e cereali (47%): a non risentire delle novità culinarie sono i prodotti legati alla dieta mediterranea, ritenuta da sem-

pre un modello salutare.

È quanto emerge da uno studio promosso dal **Polli Cooking Lab**, l'osservatorio sulle tendenze alimentari di **Fratelli Polli**. Lo studio è stato condotto mediante metodologia WOA (Web Opinion Analysis) su circa 400 giovani venete e un panel di 60 esperti dell'alimentazione tra cui chef stellati e food blogger, attraverso un monitoraggio online sui principali social network, blog, forum e community per capire qual è la nuova frontiera della cucina mediterranea.

Ma quali sono i principali alimenti che finiranno sulle tavole delle donne venete mantenendo un legame forte



Qui una cassetta di verdura fresca, sotto i pomodori al pecorino

con la dieta mediterranea? Al primo posto troviamo le verdure, perfette per stare in forma (79%), che diventano gourmet grazie a preparazioni originali e all'avanguardia. Nella classifica dei vegetali più amati ci sono i carciofi (63%), zucchine (58), melanzane (52), peperoni (49) e radicchio (51), a fare la differenza sono le lavorazioni. Addio ai soliti pinzimoni o minestroni: le venete amano le ricette alternative, come involtini di verdure con salsa di noci (53%), Baba Ganoush (51),

salsa alle melanzane dal sapore medio-orientale, oppure muffin ai peperoni (46) o millefoglie di verdure (43) a base di cavolo cappuccio, cavolfiore e broccoli. Scende la carne rossa (29), sostituita persino dalla frutta tropicale come la tartare di avocado (36); si mantiene stabile la posizione del pesce (33), che però in alcuni casi viene sostituito con seitan (27) e tofu (24). Chiudono la top five anche i cereali (36%) come la quinoa. •

© RIPRODUZIONE A SERVIZIO

