

FEDERICO FRANCESCO FERRERO

Viaggio e cibo, un binomio imprescindibile



Il nuovo MasterChef d'Italia, Federico Francesco Ferrero è nato a Torino, dove vive ed esercita la professione di medico nutrizionista. Per Rizzoli, Ferrero ha pubblicato "Missione leggerezza", disponibile anche in e-book. Le ricette raccolte sono state realizzate al ristorante La Credenza, di San Mauro Canavese (To), uno dei locali preferiti dall'autore

Sostenitore di una cucina in cui "il cibo può essere straordinariamente bello, sorprendentemente buono, ma ugualmente sano", Federico Francesco Ferrero, torinese, classe 1973, dallo scorso 6 marzo è il nuovo Master Chef d'Italia. E se la tv ha già "sfornato", è proprio il caso di dirlo, un nuovo personaggio, consacrando come il "geniale antipatico" di Master Chef, Federico ci racconta che in trasmissione è arrivato quasi per caso, così come la sua passione per i fornelli è nata spontaneamente, curiosando tra le pentole di nonna e mamma. Un'educazione culinaria, la sua, che Federico ha saputo conciliare perfettamente con la sua professione di medico nutrizionista.

Parliamo di viaggi: in che modo e quanto hanno inciso i suoi gusti a tavola?

«I viaggi sono stati e continuano a essere una parte fondamentale nella mia formazione. La cucina è soprattutto memoria e il gusto si forma educando il palato proprio attraverso i vari sapori che si assaggiano nei paesi che si visitano. A chi non è capitato di associare un sapore a un luogo particolare?».

Turismo e gastronomia, come vede questo binomio?

«È imprescindibile. Ma il cibo non deve essere proposto in modo retorico. In Italia, per esempio, il turista

È dalla cucina di strada, viaggiando in giro per il mondo, che il vincitore della terza edizione di MasterChef, Federico Francesco Ferrero, trae le idee e i sapori per le sue creazioni culinarie

◆ Silvia Fissore

non deve avere in mente solo pizza e spaghetti, ma calarsi nella cultura enogastronomica del nostro paese, che è ricchissima, e fare esperienze gustative diverse che lo inducano a tornare».

Come medico nutrizionista, cosa consiglia di mangiare in viaggio?

«La cucina di strada, quella tradizionale».

Cosa non manca mai nella sua valigia?

«Un barattolo di vetro nel quale raccolgo spezie comprate al mercato locale, oppure erbe raccolte lungo la strada. O, se sono al mare, il sale che fiorisce sugli scogli».

Il suo viaggio ideale?

«Di conoscenza. Non viaggio per vedere, ma per capire. Per entrare in contatto con le persone del posto, con la loro cultura e le loro abitudini. È in questo modo che formo la mia "memoria" culinaria».

Il suo hotel tipo?

«Una struttura raccolta, con poche stanze, atmosfera familiare e un servizio di livello, attento ai dettagli».



Quando è fuori casa, Federico Ferrero predilige gli hotel dall'atmosfera familiare, ma con un grande servizio. Nella foto l'Hotel Capo d'Africa

Come deve essere una camera di hotel per farla sentire a suo agio?

«Intanto non devono esserci oggetti inutili. Quello che conta è la luminosità, una bella vista e la comodità. È importante che la camera sia funzionale, che abbia, per esempio, un armadio capiente, uno spazio pratico per sistemare valige e oggetti personali, e le luci nei punti giusti.

Quale tra i Paesi visitati le ha lasciato un ricordo speciale?

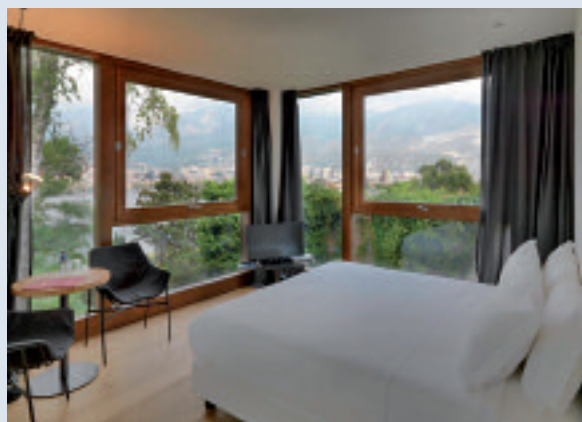
«La Grecia e in particolare le Cicladi dove torno ogni anno e soggiorno almeno un mese. Qui mi rigenero, recupero l'ancestralità delle abitudini, dei gusti e dei gesti quotidiani».

Parlando della sua esperienza a MasterChef, può dirci chi è stato l'avversario che ha temuto di più?

«Devo dire che è stata una gara in cui più che sugli avversari ero concentrato su me stesso. MasterChef è stato soprattutto un percorso di crescita personale e di riflessione sulla mia passione per la cucina. In questo senso l'aspetto puramente competitivo è passato in secondo piano».

Come si è trovato con i tre giudici di MasterChef?

«Nonostante la notorietà televisiva che li circonda hanno confermato di essere soprattutto tre grandi professionisti, molto seri e scrupolosi».



Ampia, luminosa, funzionale e possibilmente con una bella vista. È questo il tipo di camera che il campione di MasterChef ama trovare in hotel. Nella foto la Casa sull'Albero di Malgrate (Lecco)

Cosa ricorda di ognuno?

«Barberi è un grandissimo palato. Cracco è genialità e creatività. Bastianich rappresenta una visione della cucina proiettata al futuro».

Quale è stato il momento più difficile della gara?

«La prova in cui ho avuto solo trenta minuti per preparare il mio piatto. La cucina, infatti, ha bisogno di tempo. In questo caso, invece, l'obiettivo era la velocità».

Quale sarà la meta del suo prossimo viaggio?

«L'Oriente, la Cina. O meglio ciò che ancora rimane di questa cultura millenaria prima che venga completamente spazzata via dalla modernità e dalla globalizzazione».

