

CORSO CUCINA EUROPEA

Radio El Amane – Marrakech 19-25 maggio 2019

L'atelier è durato sei giorni, 4 ore circa al giorno.

Hanno partecipato 13 giovani - 2 ragazzi e 10 ragazze - più il cuoco, Rashid, che già collabora con il centro, sicuramente uno dei più interessati, che ha dichiarato di poter utilizzare quanto imparato nelle future formazioni.

Tre dei partecipanti lavorano già in ristoranti, gli altri sperano di farlo in futuro.

I corsi si sono svolti in francese (quasi tutti i partecipanti lo capiscono, ma solo alcuni lo parlano correttamente) con traduzione in arabo da parte di Halima di altre ragazze.

Tutti hanno ricevuto un ricettario con circa 30 ricette, poi ogni giorno preparavo 4-5 piatti. Essendo Ramadan, i partecipanti non potevano mangiare ma portavano a casa i cibi per consumarli alla sera, un giorno ci hanno detto che tutti i familiari aspettavano con curiosità il loro rientro.

I partecipanti erano molto interessati e partecipavano attivamente alla preparazione delle ricette. Si iniziava sempre con la "mise en place": si preparavano tutti gli ingredienti, lavati e tagliati, poi si procedeva alla preparazione cuocendo due o tre ricette contemporaneamente, che venivano gestite direttamente dai partecipanti.

Alla fine di ogni ricetta chiedevo se c'erano delle domande e si discuteva.

Ho chiesto se pensavano di poter preparare alcune delle ricette a casa o nel ristorante e me lo hanno confermato.

Tutti i partecipanti hanno ricevuto un certificato con allegato elenco delle ricette preparate.

Hanno apprezzato soprattutto le ricette dei risotti (per la differenza di modalità di cottura), le paste e alcune ricette in agro-dolce (come zucchine o zucca con aceto e zucchero) e la torta di ricotta con pecorino e uvetta, forse perché vicine ai loro gusti.

Abbiamo fatto alcune ricette base - come risotti e pasta - poi abbiamo discusso delle possibilità di variazioni.

Abbiamo preparato piatti di cucina soprattutto italiana e francese per la Svizzera i Röstli, cercando di utilizzare prodotti facilmente reperibili e non costosi: molte verdure, carne di pollo e di agnello. Tutte le ricette sono state adattate nel rispetto della loro cultura, eliminando evidentemente cibi proibiti come carne di maiale o alcolici.

Tutti sono stati soddisfatti e entusiasti del corso, chiedendo se era possibile ripeterlo con altre ricette.

Da parte mia posso dire che è stato molto interessante e gratificante per l'interesse e la partecipazione, sono disponibile eventualmente a ripetere l'esperienza con alcune condizioni legate alle mie difficoltà di movimento.