



CHEFS IN ROME

- 7 SFUMATURE DI GUSTO PER ROMA -



EDIZIONI SG BOOK PUBLISHER

WWW.CHEFSINROME.IT

CHEFS IN ROME

7 SFUMATURE DI GUSTO PER ROMA

un libro scritto da

Cristiano Bucciero

con la partecipazione straordinaria degli chefs

Iside De Cesare, Daniele Usai, Francesco Aprea e Davide Del Duca

in collaborazione con

WWW.ILMARKETINGFOOD.IT

2024 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI A NORMA DI LEGGE E A NORMA DELLE CONVENZIONI INTERNAZIONALI
2024 © ALL RIGHTS RESERVED IN ACCORDANCE WITH THE LAW AND INTERNATIONAL CONVENTIONS

ISBN 979-12-81271-33-3

Titolo/ Title

CHEFS IN ROME

7 Sfumature di Gusto per Roma / 7 Shades of Taste for Rome

Autore del Libro/ Author of the Book

Cristiano Bucciero

Con la Partecipazione Straordinaria degli Chefs / With the Special Participation of the Chefs

Iside De Cesare, Daniele Usai, Francesco Aprea, Davide Del Duca

Progetto Fotografico Ideato da/Photographic Project by

Cristiano Bucciero

(Creative Advertising)

Fotografia di Food e Post Produzione delle Foto a cura di / Food Photography and Post Production of Photos by

Luca Corsetti

(Food Photographer)

Revisione Testi e Correzioni Bozze / Text Review and Proofreading

Dott.ssa Francesca Napolitano

(Project Manager Chefs in Rome)

in collaborazione con / in collaboration with

WWW.ILMARKETINGFOOD.IT

Editore / Publisher

SG BOOK PUBLISHER

www.sgbookpublisher.it

redazione.sgbookpublisher@gmail.com

INDICE GENERALE - GENERAL INDEX

Biografia Autore - (Pag.8)

Capitolo 1 - (Pag.10)
Risonanze del Numero Sette

Capitolo 2 - (Pag.14)
Il potere del numero sette nella cultura e nella storia di Roma

Capitolo 3 - (Pag.20)
La presenza del numero sette nella tradizione cristiana a Roma

Capitolo 4 - (Pag.24)
Il legame del numero sette nella mitologia romana

Capitolo 5 - (Pag.28)
Le sette meraviglie di Roma

Capitolo 6 - (Pag.34)
I sette volti della Bocca della Verità

Capitolo 7 - (Pag.38)
I sette giorni della tradizione culinaria romana

Capitolo 8 - (Pag.42)
Gusti e Gerarchie

Capitolo 9 - (Pag.46)
Cibo e convivialità nei banchetti romani dell'antichità

Capitolo 10 - (Pag.50)
Ethos, status e alimentazione nella Roma antica

Capitolo 11 - (Pag.52)
Il cibo comune e gli alimenti d'élite

Capitolo 12 - (Pag.60)
Il Mercato del Foro e l'evoluzione dei punti vendita alimentari

Capitolo 13 - (Pag.64)
L'importanza dei Contadini nella Fornitura di Cibo a Roma

Capitolo 14 - (Pag.68)
L'Era delle Botteghe e la loro evoluzione

Capitolo 15 - (Pag.72)
Dal Quill al Blog e l'evoluzione culinaria nella società odierna

Capitolo 16 - (Pag.76)
Dalle Origini ai Vertici nell'Evoluzione dei Professionisti nella Ristorazione

Capitolo 17 - (Pag.80)
Tradizioni culinarie d'un tempo e il loro impatto odierno

Capitolo 18 - (Pag.84)
A Cena con Roma

Ringraziamenti - (Pag.440)

Contenuti Extra - (Pag.444)

Location del Progetto Chefs In Rome - (Pag.448)

Author Biography - (Pag.364)

Chapter 1 - (Pag.366)
Resonances of the Number Seven

Chapter 2 - (Pag.370)
The Power of the Number Seven in the Culture and History of Rome

Chapter 3 - (Pag.376)
The Presence of the Number Seven in the Christian Tradition in Rome

Chapter 4 - (Pag.380)
The Connection of the Number Seven in Roman Mythology

Chapter 5 - (Pag.384)
The Seven Wonders of Rome

Chapter 6 - (Pag.390)
The Seven Faces of the Mouth of Truth

Chapter 7 - (Pag.394)
The Seven Days of the Roman Culinary Tradition

Chapter 8 - (Pag.398)
Tastes and Hierarchies

Chapter 9 - (Pag.402)
Food and Conviviality in the Roman Banquets of Antiquity

Chapter 10 - (Pag.406)
Ethos, Status, and Nutrition in Ancient Rome

Chapter 11 - (Pag.408)
Common Food and Elite Foods

Chapter 12 - (Pag.416)
The Market of the Forum and the Evolution of Food Retail Points

Chapter 13 - (Pag.420)
The Importance of Farmers in the Supply of Food to Rome

Chapter 14 - (Pag.424)
The Era of Shops and Their Evolution

Chapter 15 - (Pag.428)
From Quill to Blog and Culinary Evolution in Today's Society

Chapter 16 - (Pag.432)
From Origins to Pinnacles in the Evolution of Professionals in Catering

Chapter 17 - (Pag.436)
Old-time Culinary Traditions and Their Impact Today

Chapter 18 - (Pag.84)
Dining with Rome

Special Thanks - (Pag.441)

Extra Contents - (Pag.445)

Location for the Project Chefs In Rome - (Pag.449)

VERSIONE

[TALIANA

INTRODUZIONE

In quel turbine incessante che caratterizza l'esistenza quotidiana, dove i momenti si susseguono con una rapidità disarmante e i volti si mescolano in un flusso continuo di presenze effimere, ci sono incontri che si insinuano nel nostro percorso, segnandolo in modo indelebile. La mia storia, quella che sto per raccontarvi, prende vita in uno di questi nodi cruciali dell'esistenza, in un luogo tanto comune quanto carico di destini incrociati: la stazione di Ostiense, nel cuore pulsante di Roma. Qui, in questo crocevia di vite in transito, ho incrociato lo sguardo di una persona che ha riscritto il copione della mia vita, trasformando una semplice attesa in un appuntamento con il destino.

Questo incontro non fu casuale ma un segno tangibile del serendipico gioco del fato. Durante quel periodo sospeso, quando il mondo intero sembrava tenere il fiato sospeso a causa della pandemia, ho cominciato a riflettere con intensità sull'effimero scorrere del tempo e sull'importanza di cogliere l'essenza di ogni istante che ci viene concesso. Fu allora che la stazione di Ostiense, con i suoi binari che si perdono all'orizzonte e le sue voci che si sovrappongono in un coro umano, divenne il teatro di una profonda epifania: il bisogno impellente di raccontare la mia città, Roma, attraverso le lenti delle esperienze umane e gastronomiche che l'hanno plasmata e definita.

La mia mente, in quei giorni di riflessione forzata, vagò libera tra ricordi e proiezioni future, fermandosi infine su un simbolo potente: il numero 7. Questo numero, per me carico di significati personali e universali, rappresenta non solo il giorno di nascita di quella persona che ha innescato un cambiamento radicale nella mia vita, ma anche il simbolo di un viaggio di scoperta personale e professionale nel mondo della gastronomia che ha occupato gli ultimi 25 anni della mia esistenza.

Quella passione per la cucina, che fin da giovane aveva acceso in me il desiderio di diventare chef, si scontrò con le sagge parole di mia madre. Ella, con la sua esperienza, mi mise di fronte ai sacrifici che quella scelta avrebbe comportato: la rinuncia a momenti conviviali con gli amici, le festività lavorative, il tempo prezioso che non avrei potuto dedicare ai miei figli, e l'indispensabile comprensione e condivisione di questa passione da parte del mio partner di vita. Incerto e forse spaventato da queste prospettive, scelsi di deviare da quel percorso, rinunciando al mio sogno di esprimere la mia arte tra i fornelli.

Eppure, come in ogni grande narrazione, l'amore per la gastronomia ha trovato il modo di rientrare nella mia vita, sebbene sotto una veste differente. Non ho mai abbandonato completamente quel mondo; piuttosto, ho scelto di esplorarlo e celebrarlo attraverso la comunicazione. Nei successivi 25 anni, ho impiegato ogni fibra del mio essere per narrare il vasto e affascinante universo del cibo. Seppur non abbia mai cucinato professionalmente, ho trasmesso storie, emozioni, e passioni attraverso articoli di giornale, progetti fotografici, trasmissioni radiofoniche e televisive da me ideate, conferenze, consulenze ed eventi, cercando di catturare l'essenza dell'arte culinaria e di condividerla con il mondo.

Nonostante la ricchezza di queste esperienze, sentivo dentro di me un vuoto, un'urgenza non ancora appagata. La necessità di unire le mie conoscenze, le mie esperienze vissute e le emozioni in un'unica narrazione coerente e tangibile mi portò alla concezione di un libro e di un docufilm: "Chefs in Rome".

Questo progetto non è soltanto il culmine della mia carriera ma rappresenta anche un'introspezione pro-

fonda e personale, un viaggio attraverso i meandri della mia anima e della mia esistenza, indissolubilmente legati alla città eterna e alle figure che ne hanno definito il tessuto culturale e gastronomico.

Con “Chefs in Rome”, desidero portarvi oltre la mera esposizione delle creazioni di quattro straordinari chef - Daniele Usai, Iside De Cesare, Francesco Aprea, Davide Del Duca. Voglio condividere con voi non solo le loro opere ma anche le storie, le riflessioni e le esperienze che hanno forgiato la loro e la mia vita professionale. Questo libro e questo docufilm sono il frutto di un dialogo continuo tra me e la città di Roma, tra il passato e il presente, tra le tradizioni e le innovazioni culinarie che hanno reso questa città un punto di riferimento a livello mondiale.

Vi invito, quindi, a immergervi in queste pagine e in queste immagini con lo stesso spirito di scoperta e passione con cui io ho vissuto ogni istante della loro creazione. Attraverso “Chefs in Rome”, spero di regalarvi un’esperienza che possa non solo arricchire il vostro rapporto con il cibo ma anche offrirvi una profonda riflessione sul valore del tempo, sull’importanza delle relazioni umane e sulla bellezza intrinseca della vita.

Questo progetto è un invito a condividere con me un viaggio sensoriale e emotivo, un percorso che spero possa toccare le corde più intime del vostro essere, stimolandovi a riflettere sulla vostra personale relazione con la gastronomia, con la cultura, e, in ultima analisi, con l’esistenza stessa.

Cristiano Bucciero

BIOGRAFIA AUTORE

Nato in una località incantata come Castel Gandolfo, immerso nella naturale bellezza dei Castelli Romani, fin dall'inizio la mia vita è stata segnata da un ambiente ricco di storia e cultura. Questo contesto unico ha seminato in me le prime curiosità verso il mondo culinario, stimolando un interesse che si è poi trasformato in una vocazione per il marketing e la comunicazione nel settore del food & beverage. Oltre vent'anni di esperienza mi hanno permesso di navigare attraverso diverse sfaccettature di questo settore, iniziando con un sogno giovanile di diventare chef, per poi scoprire una vocazione ancora più forte verso il marketing e la comunicazione, ambiti nei quali ho potuto esprimere appieno la mia creatività e la mia passione.

Il percorso che ho intrapreso mi ha portato a stringere alleanze con figure di spicco e marchi di prestigio nel panorama enogastronomico, contribuendo a delineare strategie innovative e a promuovere storie di successo. Gestire il programma "Senso&Gusto" è stato uno dei capitoli più entusiasmanti della mia carriera, dandomi l'opportunità di divulgare le esperienze e le filosofie di chef rinomati, e di connettere il grande pubblico con l'eccellenza della cucina italiana, rivelando il cuore pulsante dietro ogni piatto e ogni creatore.

La mia filosofia lavorativa è sempre stata guidata dall'innovazione e dal rispetto per le tradizioni, convinto che il futuro del food & beverage si trovi nell'equilibrio tra queste due forze. L'educazione e la condivisione di conoscenze rappresentano oggi il fulcro del mio impegno, attraverso l'elaborazione di progetti educativi mirati a valorizzare il prodotto attraverso la narrazione. Aspiro a ispirare le nuove generazioni di professionisti a riconoscere il ruolo cruciale del marketing e della comunicazione, elevandoli a strumenti indispensabili per il raggiungimento del successo.

Il progetto di portare alla luce la visione culinaria di quattro chef di eccezionale talento, con la creazione di un libro e di un documentario su Roma, si configura come un viaggio alla scoperta di una città eterna attraverso i sapori, le storie e le personalità che la animano. Questa iniziativa non si limita a raccontare semplici ricette; si tratta piuttosto di interpretazioni uniche e personali di Roma, attraverso le quali intendiamo celebrare la ricchezza e l'unicità di una delle città più ammalianti al mondo.

La direzione intrapresa nella mia carriera dimostra quanto la fusione di passione, dedizione e professionalità possa influenzare profondamente il settore, evidenziando la necessità di innovare e di onorare le nostre radici culturali e culinarie. In questo viaggio, l'obiettivo di esplorare nuovi orizzonti e di accettare la sfida di superare i confini convenzionali si rivela fondamentale per stimolare il cambiamento e promuovere lo sviluppo continuo del settore. Ogni giorno, la mia curiosità insaziabile e il desiderio di narrare storie mai raccontate prima alimentano la mia passione e guidano il mio percorso professionale verso nuove e stimolanti avventure.

Questo impegno costante nel settore del marketing enogastronomico si traduce in un continuo sforzo per rivelare le potenzialità inesplorate e per raccontare le storie che si celano dietro ai prodotti che amiamo. Lavorare a stretto contatto con chef innovativi e brand dinamici mi ha insegnato l'importanza di costruire ponti tra tradizione e innovazione, tra la profondità delle nostre radici culturali e le possibilità infinite che il futuro ci riserva. È con questo spirito che continuo a dedicarmi alla creazione di esperienze culinarie e narrative che possano ispirare, educare e deliziare, contribuendo così a plasmare il panorama del food & beverage di domani.

Mentre prosegue il mio viaggio, l'obiettivo resta quello di creare esperienze che non solo educano ma anche ispirano, facendo leva sulla potenza delle storie per trasformare la percezione del cibo da semplice necessità a espressione culturale profonda. Il libro e il documentario su Roma rappresentano l'apice di questo percorso, un'opportunità unica per esplorare come la cultura e la storia di una città possano essere raccontate attraverso la cucina, trasformando ingredienti e tecniche in narrativa viva e respirante.

Questi chef, con i loro sette piatti, non hanno semplicemente preparato del cibo; ma stanno scrivendo capitoli di una storia molto più grande, una che parla di Roma non solo come luogo geografico, ma come crocevia di civiltà, idee e innovazioni. È mia speranza che, attraverso queste pagine e questi fotogrammi, possiamo offrire agli spettatori e ai lettori un assaggio di questa ricchezza, invitandoli a riflettere sulla complessità delle culture culinarie e sulla loro capacità di connettere le persone oltre i confini e le epoche.

Allo stesso tempo, questo progetto si propone di sottolineare l'importanza vitale dell'innovazione nel settore enogastronomico. In un'epoca in cui il mondo è costantemente in movimento e le tradizioni possono facilmente diventare "obsoleto", ricordiamo che è attraverso l'esplorazione creativa e il rispetto del passato che possiamo realmente innovare e ispirare le future generazioni.

È stato un viaggio di scoperta, di sfide e di successi. Ma, soprattutto, è stata una testimonianza del potere trasformativo del cibo e delle storie che esso racchiude. Man mano che arriva la fine di questo progetto, mi trovo con una grande riflessione sul presente, ma anche in un entusiasmante visione del futuro. Mi rendo conto che la strada che tutti noi addetti ai lavori abbiamo percorso fino a qui è solo l'inizio. Il mondo del food & beverage continua a evolversi, e con essa, le opportunità di raccontare nuove storie, di scoprire nuovi sapori e di ispirare nuove menti.

Questo impegno verso l'innovazione, la narrazione e l'educazione nel settore del food & beverage non è solo una scelta professionale, ma una missione personale. Una missione di continuare a esplorare, di continuare a imparare e, soprattutto, di continuare a condividere. Poiché, alla fine, è attraverso la condivisione delle nostre storie e delle nostre conoscenze che possiamo sperare di ispirare il cambiamento, arricchire le nostre comunità e celebrare la gioia e la bellezza che il cibo può portare nelle nostre vite.

Cristiano Bucciero

RISONANZE
DEL
NUMERO
SETTE

- le 7 chiavi di Roma -

Fin dai primi ricordi, la mia vita sembra essere stata profondamente connessa al numero sette e alla città eterna di Roma. Questo legame, apparentemente casuale ma intensamente significativo, mi ha spinto a immergermi nella storia e a cercare di comprendere perché questo numero avesse una rilevanza così marcata per questa città. Le mie ricerche mi hanno condotto oltre, mentre un susseguirsi di fatali coincidenze e dati di fatto mi permettevano di esplorare le sue congiunzioni, anche al di là dei confini.

Prima ancora che l'umanità cominciasse a tracciare il tempo e a narrare storie epiche, il sette assumeva un significato che trascendeva il suo valore numerico, divenendo qualcosa di speciale e sacro.

Nei tempi antichi, quando la verità si rifletteva nel cielo notturno, i nostri antenati si volgevano alle stelle per orientarsi e tra le miriadi di luci celesti, un gruppo di sette stelle spiccava per la sua peculiarità: l'Orsa Maggiore. Questa costellazione, conosciuta anche come "Il Grande Carro", ha guidato la navigazione e l'orientamento per millenni, diventando un faro costante nel cielo notturno, un punto di riferimento affidabile in un mondo altrimenti mutevole e incerto. Da allora, il numero sette è radicato nella nostra coscienza collettiva come un simbolo ricco di significato.

Nei primi sistemi di scrittura, come l'antico cuneiforme sumero, era spesso utilizzato per rappresentare il concetto di "molteplicità" o "abbondanza". Questa associazione non era casuale, ma consolidata in una profonda comprensione culturale e cosmologica. Con la sua presenza ubiquitaria nei fenomeni naturali e nei costrutti culturali, era riconosciuto come emblema di completezza e perfezione.

Attraverso i millenni, ha continuato a vibrare di mistero e potere, fungendo da ponte tra il visibile e l'invisibile, il sacro e l'umano, il passato e il presente.

È stato davvero sorprendente scoprire quante similitudini, associazioni ed espressioni, questo numero potesse rappresentare, e quanto centralmente fosse presente, intrecciando significati profondi attraverso varie culture. Dall'essere un custode di segreti divini, il numero sette viaggiava attraverso i secoli, fino a giungere sotto un cielo notturno costellato.

Gli antichi babilonesi scrutavano il firmamento con occhi curiosi, non limitando il loro sapere millenario alle stelle, ma estendendolo anche al tempo, che scandivano con una precisione sorprendente in cicli di sette giorni, quasi come se cercassero di catturare l'eco di un ritmo universale.

Questo misterioso legame si diffuse sino alla tradizione biblica, dove si narra che Dio abbia plasmato il mondo e ogni sua creatura in sei giorni di lavoro instancabile. Ma fu il settimo giorno, avvolto nel mistero, ad aggiungere un'aura di perfezione all'opera compiuta, un giorno di riposo divino che suggellò l'equilibrio cosmico.

Diversamente, nella tradizione islamica, esiste il concetto dei sette cieli. Nei testi religiosi, come il Corano e gli Hadith (i detti e le pratiche del profeta Maometto), si fa riferimento ai sette cieli come delle sfere o dimensioni sovrapposte, ciascuna rappresentante un diverso livello di esistenza o di conoscenza. Questi cieli sono spesso descritti come gradini che conducono verso l'infinito e sono considerati parte dell'ordine spirituale. Il sette non è solo un numero divino, ma è anche profondamente radicato nel tessuto dell'esperienza umana. Pensiamo ai sette colori che si ergono nel cielo dopo la pioggia, formando l'arcobaleno, un fenomeno tanto effimero quanto affascinante, una testimonianza costante della bellezza e della diversità della natura.

Come un ponte incantato tra il cielo e la terra, dove ogni colore, evoca una nota vibrante.

Anche la musica, con la sua innata bellezza è permeata dalla magia di questo numero, riflesso nelle sette note della scala musicale diatonica: Do, Re, Mi, Fa, Sol, La, Si. Queste note formano un linguaggio universale che tocca le corde più profonde dell'anima, dando vita a melodie che trasportano l'ascoltatore in mondi di incanto e risvegliano emozioni intense. Con ogni nota, la musica ci invita a esplorare l'infinita gamma di sentimenti umani, regalandoci momenti di gioia, tristezza, speranza e contemplazione.

Parallelamente ai cambiamenti e alle sfide che incontriamo, il flusso del tempo prosegue con i sette giorni che compongono la nostra settimana, segnando il ritmo della nostra esistenza come l'andamento della vita. Dal lunedì, giorno dell'inizio e della determinazione, al venerdì, momento di conclusione e riflessione, passando attraverso gli alti e bassi del mercoledì e giovedì, mentre il sabato, porta con sé un senso di liberazione e di possibilità. La Domenica, tradizionalmente considerato come un giorno di riposo, anche se non tutti possono godere di tale privilegio, rimane comunque un momento per prepararsi mentalmente alla settimana a venire. Ogni giorno ci offre una lezione preziosa da apprendere e un'esperienza unica da vivere.

E per sigillare questa riconciliazione tra l'uomo e il divino, i Romani, in onore di questa cifra sacra, fondarono Roma su sette colli, quasi a sancire un patto ancestrale con gli dei.

Il numero sette riecheggia nei testi sacri, nei miti e nelle leggende. Queste connessioni tra il sette e vari aspetti della natura, della cultura e della religione potrebbero sembrare fatalità, ma spesso sono il risultato di antiche osservazioni e credenze.

Questo libro è una fusione armoniosa tra la vibrante essenza di Roma, con i suoi vicoli tortuosi, la sua storia millenaria, la sua ricca cultura, l'arte culinaria che la celebra e quattro chef rinomati, le cui personalità rispecchiano le quattro lettere che compongono il nome -Roma- e che si uniscono in un'esperienza culinaria straordinaria, fatta di talento e passione senza pari.

Ognuno di loro, invita la signora capitale a cena, presentando sette piatti, ciascuno un'ode al gusto e alla tradizione. Questi elementi si integrano concordemente, creando un ritratto affascinante e multisensoriale di Roma, una città che come il numero sette, abbraccia la molteplicità e l'unità, la diversità e l'equanimità. In questa sinfonia culinaria, il numero sette diventa il filo d'oro che tessuto tra le esperienze più varie, conferisce loro un significato speciale. Esso rappresenta il segno distintivo di un rapporto sorprendentemente profondo che, insieme alla totalità delle esperienze e nonostante le divergenze, ha contribuito in modo sostanziale all'evoluzione anche della mia persona.

Questo stesso concetto si estende oltre la mia esperienza personale, poiché riflette la natura universale dell'essere umano. Ogni individuo, indipendentemente dal proprio percorso, trova nelle proprie conoscenze un legame profondo che contribuisce alla propria crescita e sviluppo.

È nell'incontro con la diversità, nei gusti e nelle tradizioni culinarie che scopriamo la ricchezza e la complessità della nostra umanità.

“

*Roma non è solo una città,
ma un libro di storia vivente
dove ogni pietra racconta una storia.*

”

GUSTI
&
GERARCHIE

- la vita alimentare nell'antica Roma -

Prima di immergerci nel profondo tessuto della cultura alimentare dell'Antica Roma, è essenziale fermarsi a riflettere sull'importanza di tale argomento. Il cibo, in ogni civiltà, non è solo una necessità fisica, ma è anche un riflesso delle tradizioni, delle influenze esterne e delle trasformazioni sociali, politiche ed economiche. Quando parliamo dell'Antica Roma, non ci riferiamo semplicemente a una singola entità statica, ma a un impero in continua evoluzione che ha attraversato secoli, mutando e adattandosi alle circostanze. La Roma che ha visto la nascita della Repubblica non era la stessa che ha visto l'ascesa e la caduta degli imperatori. E così come la sua politica, la sua architettura e la sua filosofia si sono evolute, persino la sua cultura alimentare ha subito trasformazioni. Queste trasformazioni erano il risultato di una serie di fattori: l'espansione territoriale, i contatti con diverse culture, le scoperte e gli scambi commerciali e le dinamiche interne della società romana. Prendendo atto di quanto scritto, vi invito a considerare la cultura alimentare dell'Antica Roma non solo come una serie di piatti o ricette, ma come una finestra attraverso la quale possiamo osservare e comprendere meglio la complessità e la ricchezza di una delle civiltà più influenti della storia dell'umanità. All'inizio dell'era romana, le differenze alimentari tra le varie classi sociali erano minime, ma con l'espansione dell'impero, queste distinzioni divennero sempre più pronunciate. Ciò avvenne principalmente per diversi motivi.

L'ampliamento dei confini dell'Impero portò alla scoperta di nuovi territori e alla diversificazione delle risorse alimentari disponibili. Questo favorì lo sviluppo di rotte commerciali più estese e la diffusione di alimenti esotici e di lusso provenienti da regioni lontane. Di conseguenza, le classi più abbienti potevano permettersi di consumare una più ampia varietà di cibi, tra cui spezie, frutta esotica, pesci rari e carni pregiate. Inoltre, lo sviluppo dell'agricoltura su larga scala e l'introduzione di nuove tecniche di coltivazione aumentarono la disponibilità di cibo e contribuirono alla creazione di surplus alimentari, non distribuiti in modo equo tra tutte le classi sociali. Le élite avevano accesso privilegiato a una gamma più ampia e di migliore qualità di alimenti, mentre le classi inferiori dipendevano principalmente da alimenti di base come cereali, legumi e vegetali. Concludendo, le differenze culturali e sociali influenzarono le preferenze alimentari e le pratiche culinarie delle diverse classi. Le élite tendevano a seguire mode culinarie e a consumare piatti più sofisticati, spesso serviti in banchetti sontuosi, mentre le classi meno abbienti si affidavano a diete più semplici e sostanziose, basate su alimenti locali e accessibili. Grazie ai reperti archeologici, sappiamo anche che i pasti quotidiani dei Romani erano distinti e seguivano una routine ben definita. La giornata iniziava all'alba con l'ientaculum, una colazione semplice e sostanziale, spesso composta dagli avanzi della sera prima. Elementi base come pane, formaggio, olive e miele erano comuni, con variazioni che potevano includere l'aggiunta di vino dolce o condimenti come olio, aceto e sale. Il pane accompagnato da fichi era un'opzione diffusa, mentre i bambini potevano gustare pane e latte o piccole focacce. Il prandium, servito a metà giornata, era un pasto leggero consumato velocemente, talvolta anche in piedi, e poteva includere pane, carne fredda, pesce, legumi, uova, frutta e vino.

Una bevanda tipica era il mulsum, un vino addolcito con miele. Le scelte alimentari variavano in base alla stagione, con cibi più caldi durante l'inverno e opzioni fresche in estate. Questi due momenti erano così brevi e informali da non richiedere nemmeno l'apparecchiatura del tavolo o la pulizia delle mani dopo aver mangiato. La coena, o cena, era il fulcro della giornata alimentare nell'antica Roma, rappresentando il principale momento di incontro sociale e di piacere culinario. Tipicamente iniziava nel pomeriggio, tra le 15 e le 16, e aveva la potenzialità di estendersi fino all'alba, particolarmente in occasione di festività o eventi speciali. Questa estensione oraria rifletteva la tendenza romana a dedicare ampio tempo al piacere della tavola e alla socializzazione. Nei primi tempi, il menù della coena era relativamente semplice e basato su alimenti facilmente accessibili. Includeva zuppe di legumi, che fornivano una fonte essenziale di proteine e nutrienti; latte, utilizzato sia come bevanda sia come ingrediente per salse e ricette; formaggi, apprezzati per la loro versatilità

e capacità di conservazione; frutta fresca e secca, che aggiungeva dolcezza e varietà al pasto; e lardo, impiegato per arricchire il sapore dei piatti. Tra gli antipasti, spiccava l'Acetaria, un esempio emblematico di questa categoria, consistendo in una selezione di verdure e frutta, quali zucchine, sedano, cardo, mele e melograni, tutti conservati in aceto. Questa conservazione non solo prolungava la durata degli alimenti ma aggiungeva anche un gusto pungente che stimolava l'appetito. Accanto all'Acetaria, spesso si trovava il Libum primum di Catone, un tipo di pane particolare arricchito con formaggio, farina e uova, cotto al forno fino a diventare dorato e fragrante. Questo pane speciale era apprezzato per la sua consistenza morbida e il sapore ricco, offrendo un contrasto piacevole con l'acidità dell'Acetaria. Le frittelle di formaggio di Catone rappresentavano un'altra delizia degli antipasti romani, bilanciando il dolce del miele con il salato del formaggio e il pepe, il tutto fritto in olio caldo per creare un piatto irresistibilmente croccante all'esterno e morbido all'interno.

Le verdure avevano un posto d'onore nella cucina romana, spaziando dalle insalate miste, che univano varie erbe e verdure in combinazioni fresche e nutrienti, a piatti più specifici come la cicoria condita con acciughe, cipolle, uova e altri ingredienti per accrescere il sapore. Per quanto riguardava i primi piatti, la polenta di farro era di consuetudine, arricchita con ingredienti come fave, cipolle, formaggio, carne o pesce. Un altro piatto significativo era la minestra di broccoli, che veniva impreziosita da una serie di ingredienti come vino passito, semolino, uva passa, pinoli, sale e pepe. Le carni e i pesci non erano da meno nella tavola romana, con preparazioni sofisticate come le scaloppine di Apicio, che incorporavano salse complesse a base di ingredienti ricercati come pinoli, noci, garum, vino, olio, sale, pepe e timo. I dolci, come la torta cartaginensis di Catone e le frittelle al latte, rappresentavano il perfetto epilogo dei pasti romani, combinando ingredienti come latte, miele, formaggio morbido, uova e pinoli per creare dessert che deliziavano il palato con la loro dolcezza e ricchezza.

Questi piatti e la loro elaborazione, offrono un esempio chiaro di come i romani fossero maestri nell'arte di combinare sapori diversi per creare piatti equilibrati e gustosi.

“

*L'anima di Roma non si trova nei suoi monumenti,
ma nel respiro sincronizzato di passato,
presente e futuro che anima le sue strade.*

”

A
CENA
CON
ROMA

- un omaggio alla Città Eterna -

A
DINNER
WITH
ROME

- a tribute to the eternal city -

Nel mio viaggio per raccontare Roma, ho cercato di tessere un filo che collegasse il passato glorioso di questa città eterna al suo vibrante presente. La mia ambizione era quella di portarvi con me in un'esplorazione culinaria che servisse da ponte tra le epoche, rivelando come le tradizioni millenarie si riflettano nelle pratiche culinarie contemporanee. Per fare ciò, mi sono avvalso della maestria di quattro illustri chef: Iside De Cesare, Daniele Usai, Francesco Aprea e Davide Del Duca, ognuno dei quali rappresenta una faccia della Roma moderna, senza mai perdere di vista l'eredità del passato.

Nella creazione di questa sezione del libro, mi sono immaginato di invitare voi, cari lettori, a una cena esclusiva, una serata dove Roma stessa siede al tavolo come ospite d'onore. Ogni piatto servito è una narrazione, un omaggio alla città che amo; sette storie di gusto che intrecciano ricordi, sapori e innovazione. Questi chef, attraverso la loro arte, parlano di Roma con ogni boccone, offrendo un'esperienza che va oltre il semplice atto alimentare per diventare un viaggio sensoriale nella cultura romana.

Per immortalare quest'esperienza, ho incluso nella narrazione una collezione di immagini, scattate dal food photographer Luca Corsetti, insieme a lui e ai quattro chef, abbiamo voluto catturare l'essenza di questa avventura culinaria. Queste fotografie sono molto più che semplici rappresentazioni visive dei piatti; sono espressioni di momenti, di atmosfere, di emozioni. Sono inviti visivi a immergersi nelle storie dietro ogni creazione, scoprendo i segreti nascosti nelle cucine dei nostri chef, veri e propri atelier dove il passato di Roma viene reinventato giorno dopo giorno.

Condividere questa parte della mia opera con voi è come aprire un diario personale, uno spazio dove le mie riflessioni si intrecciano con le mie esperienze. Ho cercato di farvi sentire la mia voce narrante, personale e intima, guidandovi attraverso i vicoli della memoria verso i vasti orizzonti dell'innovazione culinaria. Questi piatti non sono solo alimenti da degustare, ma lezioni di storia da apprendere e tesori da scoprire.

Il mio intento era quello di mostrarvi una Roma che abbraccia simultaneamente la sua storia millenaria e il suo spirito indomito, una città che, come il numero sette, simbolizza un'unità complessa e affascinante. La cena con la signora capitale è il mio modo di celebrare la continuità e la trasformazione di Roma, rendendo omaggio alla sua capacità di essere sempre contemporanea, pur rimanendo profondamente radicata nella sua identità storica.

Attraverso queste pagine, spero di avervi trasmesso non solo la ricchezza e la complessità della cucina romana, ma anche il profondo legame emotivo che unisce ogni romano alla propria città. Questa è la Roma che conosco e amo: una città che si nutre della sua storia per inventare il suo futuro, una città che accoglie tutti coloro che desiderano scoprire i suoi segreti e dividerne le gioie.

Con ogni parola, ho cercato di farvi sedere al mio tavolo, offrendovi un assaggio dell'anima di Roma, sperando che, al termine di questo banchetto letterario, possiate sentirvi un po' più vicini a questa città senza tempo, testimone di storia e culla di infinite storie ancora da raccontare.

In my journey to narrate Rome, I aimed to weave a thread connecting the glorious past of this eternal city to its vibrant present. My ambition was to take you with me on a culinary exploration that would serve as a bridge between epochs, revealing how millennia-old traditions are reflected in contemporary culinary practices. To do this, I relied on the mastery of four illustrious chefs: Iside De Cesare, Lele Usai, Francesco Aprea, and Davide Del Duca, each representing a facet of modern Rome, never losing sight of the legacy of the past.

In creating this section of the book, I envisioned inviting you, dear readers, to an exclusive dinner, an evening where Rome itself sits at the table as the guest of honor. Each dish served is a narrative, a tribute to the city I love; seven stories of taste that intertwine memories, flavors, and innovation. These chefs, through their art, speak of Rome with every bite, offering an experience that goes beyond the mere act of eating to become a sensory journey into Roman culture.

To immortalize this experience, I included in the narrative a collection of images, taken by food photographer Luca Corsetti. Together with him and the four chefs, we wanted to capture the essence of this culinary adventure. These photographs are much more than simple visual representations of the dishes; they are expressions of moments, atmospheres, emotions. They are visual invitations to dive into the stories behind each creation, discovering the hidden secrets in our chefs' kitchens, true workshops where Rome's past is reinvented day by day.

Sharing this part of my work with you is like opening a personal diary, a space where my reflections intertwine with my experiences. I tried to make you feel my narrating voice, personal and intimate, guiding you through the alleys of memory towards the vast horizons of culinary innovation. These dishes are not just food to taste, but history lessons to learn and treasures to discover.

My intent was to show you a Rome that simultaneously embraces its thousand-year history and its indomitable spirit, a city that, like the number seven, symbolizes a complex and fascinating unity. Dinner with the capital lady is my way of celebrating Rome's continuity and transformation, paying homage to its ability to always be contemporary, while remaining deeply rooted in its historical identity.

Through these pages, I hope to have conveyed not only the richness and complexity of Roman cuisine but also the deep emotional bond that unites every Roman to their city. This is the Rome I know and love: a city that feeds on its history to invent its future, a city that welcomes all those who wish to discover its secrets and share its joys.

With every word, I tried to make you sit at my table, offering you a taste of Rome's soul, hoping that, by the end of this literary feast, you might feel a bit closer to this timeless city, a witness to history and the cradle of endless stories yet to be told.

LA BIOGRAFIA
THE BIOGRAPHY

- ISIDE DE CESARE -

RISTORANTE LA PAROLINA



Iside Maria De Cesare, nata nella vivace città di Roma nel 1973, ha intrapreso un viaggio culinario che l'ha portata a diventare una delle chef più rispettate d'Italia, una storia che affonda le sue radici in un passato sorprendentemente diverso da ciò che il suo futuro avrebbe riservato. Dopo aver ottenuto la maturità scientifica, Iside si iscrisse alla facoltà di ingegneria, mostrando fin da subito una spiccata inclinazione per lo studio e l'analisi. Tuttavia, fu il richiamo della cucina a catturare ben presto tutto il suo interesse, portandola a un cambio di rotta decisivo.

La passione di Iside per la cucina ebbe inizio in maniera quasi casuale, quando iniziò a lavorare nelle cucine di un ristorante stagionale aperto insieme alle sorelle. Questa esperienza, che inizialmente poteva sembrare solo un'occupazione temporanea, si trasformò rapidamente in una vocazione, spingendola a consolidare ulteriormente la sua esperienza in altre note attività ristorative. La scintilla si trasformò in fiamma e Iside, compreso il richiamo irresistibile dell'arte culinaria, decise di lasciare gli studi di ingegneria per dedicarsi anima e corpo al mondo della ristorazione.

Il suo talento non tardò a farsi notare. Nel 1996, Iside approdò al rinomato ristorante "Agata e Romeo", e solo un anno dopo, le fu affidata la cucina delle "Colline Ciociare". La sua carriera continuò a salire, portandola nel 1998 a lavorare alla "Pergola" del Rome Cavalieri, sotto la guida del celebre chef Heinz Beck. Questa esperienza fu seguita da un periodo di lavoro in Romagna, presso "La Frasca" di Castrocaro Terme, consolidando ulteriormente la sua reputazione nel settore.

Nel 2005, insieme al marito Romano Gordini, Iside prese le redini del ristorante "La Parolina" a Trevinano, piccola frazione del comune di Acquapendente, situata all'incrocio tra Lazio, Umbria e Toscana. La Parolina, sotto la loro guida, si guadagnò una stella Michelin nel 2009, un riconoscimento del talento, della dedizione e della capacità di Iside di reinventare la tradizione culinaria delle tre regioni in chiave moderna. Il ristorante, incastonato in una posizione privilegiata, offre una vista mozzafiato sulla Val d'Orcia e sul Monte Amiata, diventando non solo un luogo di eccellenza gastronomica ma anche un'esperienza sensoriale unica.

Oltre a essere una chef di successo, Iside ha dimostrato un impegno costante nell'educazione culinaria, dedicandosi all'insegnamento di cucina e pasticceria in varie scuole dal 2005. La sua passione per la condivisione della conoscenza e per l'innovazione l'ha portata a ricevere riconoscimenti come chef emergente dalla guida del Touring nel 2008 e dalla guida di Identità Golose nel 2010, oltre alla vittoria dell'Imaf Chef's Cup nel 2014.

La storia di Iside Maria De Cesare è anche quella di un amore profondo per la scrittura, una passione che l'ha vista entrare a far parte della redazione di una testata giornalistica nel 2018. La sua capacità di intrecciare le parole come fa con i sapori in cucina, la rende non solo una chef ma anche una narratrice di storie, capaci di incantare e ispirare.

"Il ristorante La Parolina" non è solo un luogo dove si va a mangiare; è un viaggio attraverso i sapori, le tradizioni e le innovazioni di un territorio ricco e variegato, guidato dalla maestria di Iside Maria De Cesare. Lei rappresenta la quintessenza dell'artista culinario, che ha saputo unire il rigore scientifico alla creatività dell'alta cucina, regalando ai suoi ospiti esperienze indimenticabili.

Iside Maria De Cesare, born in the vibrant city of Rome in 1973, embarked on a culinary journey that led her to become one of Italy's most respected chefs—a story that has its roots in a past surprisingly different from what her future would hold. After achieving her scientific high school diploma, Iside enrolled in engineering, showing a marked inclination for study and analysis from the start. However, it was the call of the kitchen that soon captured her entire interest, leading to a decisive change in direction.

Iside's passion for cooking began almost by chance, when she started working in the kitchens of a seasonal restaurant opened with her sisters. This experience, which initially could seem like just a temporary occupation, quickly turned into a vocation, pushing her to further consolidate her experience in other notable dining activities. The spark turned into a flame, and Iside, understanding the irresistible call of culinary art, decided to leave her engineering studies to dedicate herself body and soul to the world of gastronomy.

Her talent did not take long to be noticed. In 1996, Iside landed at the renowned restaurant "Agata and Romeo," and just a year later, she was entrusted with the kitchen of "Colline Ciociare." Her career continued to ascend, leading her in 1998 to work at "Pergola" of the Rome Cavalieri, under the guidance of the famous chef Heinz Beck. This experience was followed by a period of work in Romagna, at "La Frasca" of Castrocaro Terme, further consolidating her reputation in the industry.

In 2005, together with her husband Romano Gordini, Iside took the reins of the restaurant "La Parolina" in Trevinano, a small fraction of the municipality of Acquapendente, located at the intersection of Lazio, Umbria, and Tuscany. La Parolina, under their guidance, earned a Michelin star in 2009, a recognition of Iside's talent, dedication, and ability to reinvent the culinary tradition of the three regions in a modern key. The restaurant, nestled in a privileged position, offers a breathtaking view of the Val d'Orcia and Monte Amiata, becoming not just a place of gastronomic excellence but also a unique sensory experience.

In addition to being a successful chef, Iside has shown a constant commitment to culinary education, dedicating herself to teaching cooking and pastry in various schools since 2005. Her passion for sharing knowledge and innovation led her to receive recognitions such as emerging chef from the Touring guide in 2008 and from the guide of Identità Golose in 2010, in addition to winning the Imaf Chef's Cup in 2014.

The story of Iside Maria De Cesare is also that of a deep love for writing, a passion that saw her join the editorial team of a magazine in 2018. Her ability to weave words as she does with flavors in the kitchen, makes her not just a chef but also a storyteller, capable of enchanting and inspiring.

"The restaurant La Parolina" is not just a place to eat; it's a journey through the flavors, traditions, and innovations of a rich and varied territory, guided by the mastery of Iside Maria De Cesare. She represents the quintessence of the culinary artist, who has been able to unite scientific rigor with the creativity of haute cuisine, offering her guests unforgettable experiences.

LA CENA
THE DINNER

- ISIDE DE CESARE -

RISTORANTE LA PAROLINA



1

COPPA DI TESTA
MOSTARDA DI ARANCE
E INSALATA DI
PUNTARELLE E ALICI
(GIARDINO DEGLI ARANCI)





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Coppa di Testa

Puntarelle

Alici

Arance

ISIDE DE CESARE





1

HEAD CHEESE ORANGE MUSTARD AND SALAD OF CHICORY SHOOTS AND ANCHOVIES

(GIARDINO DEGLI ARANCI)





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

Head Cheese

Chicory Shoots

Anchovies

Oranges

ISIDE DE CESARE





2

IL PIATTO

(LA BOCCA DELLA VERITÀ)

QUANDO IL PIATTO TORNA VUOTO HUMMUS DI CECI





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Ceci

ISIDE DE CESARE





2

THE DISH

(LA BOCCA DELLA VERITÀ)

WHEN THE DISH COMES BACK EMPTY CHICKPEA HUMMUS



“

MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

Chickpeas

ISIDE DE CESARE

”



LA BIOGRAFIA
THE BIOGRAPHY

- DANIELE USAI -

RISTORANTE IL TINO



Nato sotto il cielo azzurro di Ostia Lido nel 1977, Daniele Usai, ribattezzato lo “chef marinaio”, è cresciuto in simbiosi con il mare, un elemento che ha plasmato la sua esistenza e definito la sua vocazione culinaria. Questo legame indissolubile con il grande blu non è solo una fonte d’ispirazione ma il fulcro attorno al quale ruota la sua filosofia di cucina, un’impronta che guida il suo impegno verso l’innovazione e il rispetto della tradizione marinara.

La cucina per Usai non è stata una scelta casuale ma una chiamata sentita fin dall’infanzia. Crescendo in una famiglia dove il cibo era al centro della vita quotidiana, ha appreso l’arte culinaria giocando ai fornelli, cucinando per amore, per il piacere di preparare qualcosa per gli altri. Le sue prime esplorazioni culinarie, compiute all’età di otto anni, erano guidate più dall’affetto che dalla tecnica, ma hanno segnato l’inizio di un viaggio che lo avrebbe portato ben oltre i confini domestici. Guidato dalle sapienti mani di madre e nonna, e ispirato dalla rivelazione del padre che la cucina non è dominio esclusivo delle donne, Usai ha intrapreso un percorso che lo ha trasformato in uno degli chef più innovativi del suo tempo.

Il suo ingresso nel mondo della ristorazione come cameriere a quindici anni non era altro che il preludio di una carriera stellata. Il passaggio ai fornelli è stato naturale, quasi inevitabile, spinto da una passione ardente per i sapori e i prodotti del litorale romano. La sua formazione, dapprima sul campo in ambienti di lavoro intensi, poi attraverso studi formali presso prestigiose istituzioni come la scuola di alta cucina L’Etoile di Chioggia e l’AIS di Roma, ha forgiato il carattere di Usai, dotandolo delle competenze tecniche e della visione necessarie per eccellere.

L’esperienza accumulata nelle cucine di alcune delle realtà più prestigiose, sia in Italia sia all’estero, ha affinato ulteriormente la sua maestria e il suo approccio alla cucina. La decisione di tornare a Ostia e aprire Il Tino ha segnato l’inizio di una nuova era, non solo per Usai ma per l’intera scena culinaria del litorale romano. Con Il Tino, ha creato un luogo dove la semplicità degli ingredienti si fonde con la sofisticazione delle tecniche, dove ogni piatto è un omaggio al mare e alle sue infinite possibilità.

Il riconoscimento con una stella Michelin nel 2015 è stato solo l’inizio di un viaggio che ha visto Usai non solo come chef di talento ma anche come fervente difensore del mare e del suo territorio. La sua partecipazione attiva alla tutela dell’ambiente marino, dalla promozione di pratiche di pesca sostenibili alla lotta contro l’inquinamento e gli sprechi alimentari, dimostra che il suo impegno va ben oltre la cucina.

La fondazione di Periferia Iodata nel 2021 è la testimonianza del suo desiderio di creare una comunità di professionisti del settore impegnati nella valorizzazione e nella protezione delle risorse locali. Questa associazione mira a promuovere l’eccellenza enogastronomica del Lazio, sostenendo al contempo la sostenibilità ambientale e la solidarietà sociale, dimostrando che la gastronomia può essere un potente strumento di cambiamento.

Per Usai, essere uno “chef marinaio” è un titolo che racchiude la profondità del suo rapporto con il mare, un patto di rispetto e amore che trascende la semplice preparazione dei piatti. È un approccio alla vita che considera il mare non solo come fonte di ispirazione culinaria ma come compagno di viaggio, un alleato nella sua missione di esplorare nuovi orizzonti gastronomici, guidato da un profondo senso di responsabilità verso l’ambiente che lo circonda. La sua storia è un richiamo alla consapevolezza, un invito a riconoscere il valore del mare non solo per la ricchezza dei suoi doni ma anche come patrimonio da proteggere per le generazioni future.

Born under the azure sky of Ostia Lido in 1977, Daniele Usai, nicknamed the “sailor chef,” grew up in symbiosis with the sea, an element that has shaped his existence and defined his culinary vocation. This unbreakable bond with the vast blue is not just a source of inspiration but the core around which his cooking philosophy revolves, a footprint that guides his commitment to innovation and respect for maritime tradition.

Cooking for Usai was not a random choice but a calling felt since childhood. Growing up in a family where food was at the heart of daily life, he learned the culinary arts by playing at the stove, cooking out of love, for the pleasure of preparing something for others. His initial culinary explorations, carried out at the age of eight, were guided more by affection than by technique, but they marked the beginning of a journey that would take him well beyond domestic borders. Guided by the wise hands of his mother and grandmother, and inspired by his father’s revelation that cooking is not exclusively women’s domain, Usai embarked on a path that transformed him into one of the most innovative chefs of his time.

His entry into the world of restaurant service as a waiter at fifteen was merely the prelude to a star-studded career. The transition to the stoves was natural, almost inevitable, driven by a burning passion for the flavors and products of the Roman coastline. His training, first on the job in intense work environments, then through formal studies at prestigious institutions like the L’Etoile high culinary school in Chioggia and AIS in Rome, forged Usai’s character, endowing him with the technical skills and vision necessary to excel.

The experience accumulated in the kitchens of some of the most prestigious establishments, both in Italy and abroad, further refined his mastery and approach to cooking. The decision to return to Ostia and open Il Tino marked the beginning of a new era, not just for Usai but for the entire culinary scene of the Roman coast. With Il Tino, he created a place where the simplicity of ingredients merges with the sophistication of techniques, where every dish is a tribute to the sea and its infinite possibilities.

Being awarded a Michelin star in 2015 was just the beginning of a journey that saw Usai not only as a talented chef but also as a fervent defender of the sea and its territory. His active participation in protecting the marine environment, from promoting sustainable fishing practices to fighting pollution and food waste, demonstrates that his commitment goes well beyond the kitchen.

The founding of Periferia Iodata in 2021 is a testament to his desire to create a community of industry professionals committed to valorizing and protecting local resources. This association aims to promote the enogastronomic excellence of Lazio, while also supporting environmental sustainability and social solidarity, proving that gastronomy can be a powerful tool for change.

For Usai, being a “sailor chef” is a title that encapsulates the depth of his relationship with the sea, a pact of respect and love that transcends the mere preparation of dishes. It’s a life approach that considers the sea not just as a source of culinary inspiration but as a travel companion, an ally in his mission to explore new gastronomic horizons, driven by a deep sense of responsibility towards the environment that surrounds him. His story is a call to awareness, an invitation to recognize the value of the sea not only for the richness of its gifts but also as a heritage to be protected for future generations.

LA CENA
THE DINNER

- DANIELE USAI -

RISTORANTE IL TINO



ILTINO
DANIELE USA

1

GIARDINO

IODATO





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

7 tipi di Pesce *(in funzione di quello che offre l'asta del pesce)*

10 tipi di Erbe e Fiori *(in funzione di ciò che offre l'orto)*

Alghe Marine

Quinoa Nera

Sedano

DANIELE USAI





1

IODINE
GARDEN





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

7 types of Fish (depending on what the fish auction offers)

10 types of Herbs and Flowers (depending on what the garden offers)

Seaweed

Black Quinoa

Celery

DANIELE USAI





2

MARGHERITA

DI

MARE





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Pescato a Carne Bianca frollatura 7/10 giorni

Carote

Salsa Barbecue alla Genziana

DANIELE USAI





2

SEA

DAISY





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

White Meat Fish, aged 7/10 days

Carrots

Gentian Barbecue Sauce

DANIELE USAI





LA BIOGRAFIA
THE BIOGRAPHY

- FRANCESCO APREDA -

RISTORANTE IDYLIO BY APREDA

THE PANTHEON ICONIC ROME HOTEL *****



Francesco Apreda incarna un capitolo distinto nella narrazione dell'alta gastronomia, con una traiettoria che celebra l'incontro tra la tradizione culinaria italiana e sofisticate armonie internazionali. La sua nascita nel 1974 nel fervido contesto napoletano gli ha fornito un palcoscenico naturale per assorbire la densa eredità culturale e gastronomica di questa città, un retaggio che ha saputo trasformare in una sorgente inesauribile di ispirazione. L'approdo nella Capitale ha rappresentato per lui un decisivo punto di svolta, introducendolo in un contesto urbano ricco di nuovi stimoli e possibilità.

Educato nelle aule dell'Istituto Alberghiero di Formia, Francesco ha acquisito una solida base di competenze tecniche che lo ha preparato a emergere nel settore culinario. Il diploma in tasca, si è lanciato in una carriera che lo ha visto rapidamente elevarsi all'interno della prestigiosa brigata dell'Hotel Hassler di Roma. Giunto in questa istituzione come Commis a soli 19 anni, la sua dedizione e il suo talento non hanno tardato a fargli guadagnare la posizione di Chef de Partie, testimoniando una precoce maturità professionale.

Mosso da un irrefrenabile desiderio di crescita e apprendimento, ha poi esteso il suo orizzonte professionale a Londra, città dall'avanguardia gastronomica. In questo contesto, la sua arte culinaria ha ricevuto una lucidatura internazionale, grazie all'opportunità di collaborare con maestri della cucina come Michel Roux presso Le Gavroche, e di esprimere la propria creatività in luoghi riconosciuti dalla guida Michelin, quali Ibla e Green Olive.

La permanenza nella capitale britannica è stata anche l'occasione per rinnovare e approfondire l'amicizia e la collaborazione professionale con Maurizio Morelli, anch'egli protagonista del panorama culinario londinese. Questa sinergia ha permesso a Francesco di affinare ulteriormente il suo stile, amalgamando innovazione e tradizione in una proposta gastronomica unica.

Un'opportunità professionale di rilievo si è presentata con il suo trasferimento in Giappone, dove ha assunto la guida della cucina del Cicerone presso l'Imperial Hotel di Tokyo. Questa esperienza gli ha permesso di esplorare l'integrità e la purezza degli ingredienti, integrando nella sua cucina elementi e tecniche orientali che hanno arricchito ulteriormente il suo repertorio culinario.

Rientrato in Italia, ha preso le redini delle cucine dell'Hassler, distinguendosi per una visione innovativa che lo ha portato a conquistare importanti riconoscimenti, tra cui la stella Michelin per l'Imàgo. Il suo percorso è proseguito con l'apertura dell'Idyllo by Apreda all'interno del The Pantheon Iconic Rome Hotel, nel cuore di Roma, un'esperienza che ha consolidato ulteriormente la sua reputazione, regalandogli un'altra stella Michelin.

La sua avventura culinaria non si è fermata qui, arricchendosi di nuove sfumature grazie alle esperienze internazionali maturate in India, dove ha offerto la sua consulenza a prestigiosi ristoranti come Vetro e Travertino all'interno dell'Oberoi Hotel e Resort di Mumbai e Delhi. Queste collaborazioni hanno permesso di tessere nel suo stile culinario preziose influenze indiane, testimoniando la sua capacità di navigare con maestria tra diverse culture gastronomiche.

Così, il percorso di Francesco si configura come un continuo dialogo tra le sue radici italiane e l'esplorazione di orizzonti culinari lontani, una traiettoria segnata da una costante ricerca dell'eccellenza e da una passione inesauribile per l'innovazione.

Francesco Apreda embodies a distinct chapter in the narrative of haute cuisine, with a trajectory that celebrates the meeting between Italian culinary tradition and sophisticated international harmonies. His birth in 1974 in the fervent Neapolitan context provided him with a natural stage to absorb the dense cultural and gastronomic heritage of this city, a legacy he has transformed into an inexhaustible source of inspiration. His arrival in the Capital represented a decisive turning point for him, introducing him to an urban context rich in new stimuli and possibilities.

Educated in the classrooms of the Istituto Alberghiero di Formia, Francesco acquired a solid foundation of technical skills that prepared him to emerge in the culinary sector. With his diploma in hand, he launched into a career that saw him quickly rise within the prestigious brigade of the Hotel Hassler in Rome. Arriving at this institution as a Commis at just 19 years old, his dedication and talent soon earned him the position of Chef de Partie, testifying to an early professional maturity.

Driven by an irrepressible desire for growth and learning, he then extended his professional horizon to London, a city at the forefront of gastronomy. In this context, his culinary art received an international polish, thanks to the opportunity to collaborate with masters of the kitchen like Michel Roux at Le Gavroche, and to express his creativity in Michelin-recognized venues such as Ibla and Green Olive.

His stay in the British capital was also an opportunity to renew and deepen the friendship and professional collaboration with Maurizio Morelli, also a protagonist of the London culinary scene. This synergy allowed Francesco to further refine his style, blending innovation and tradition into a unique gastronomic proposal.

A significant professional opportunity presented itself with his transfer to Japan, where he took the helm of the kitchen at Cicerone at the Imperial Hotel in Tokyo. This experience allowed him to explore the integrity and purity of ingredients, integrating into his cuisine elements and techniques from the East that further enriched his culinary repertoire.

Returning to Italy, he took the reins of the kitchens at the Hassler, standing out for an innovative vision that led him to win important recognitions, including the Michelin star for the Imàgo. His journey continued with the opening of Idyllo by Apreda inside The Pantheon Iconic Rome Hotel, in the heart of Rome, an experience that further consolidated his reputation, earning him another Michelin star.

His culinary adventure did not stop here, enriching itself with new nuances thanks to international experiences gained in India, where he offered his consultancy to prestigious restaurants like Vetro and Travertino inside the Oberoi Hotel and Resort in Mumbai and Delhi. These collaborations have woven precious Indian influences into his culinary style, testifying to his ability to navigate skillfully between different gastronomic cultures.

Thus, Francesco's journey is configured as a continuous dialogue between his Italian roots and the exploration of distant culinary horizons, a trajectory marked by a constant search for excellence and an inexhaustible passion for innovation.

LA CENA

THE DINNER

- FRANCESCO APREDA -

RISTORANTE IDYLIO BY APREDA

THE PANTHEON ICONIC ROME HOTEL *****



idyllo

BY APREDA

1

VIGNAROLA
IN VIAGGIO





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Carciofi
Piselli
Asparagi
Lattuga Romana
Sesamo
Soia
Spezie
Latte Di Cocco
Gobbetti
Lingua Vitello

FRANCESCO APREDA





1

VIGNAROLA
ON A JOURNEY





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

Artichokes

Peas

Asparagus

Romaine Lettuce

Sesame

Soy

Spices

Coconut Milk

Gobbetti

Veal Tongue

FRANCESCO APREDA





2

CARCIOFO,
LATTUGA DI MARE
E ZAFFERANO





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Carciofo Romanesco

Lattuga Di Mare

Senape In Grani

Zafferano

Aglione

Spezie

FRANCESCO APREDA





2

ARTICHOKE,
SEA LETTUCE
AND SAFFRON





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

Romanesco Artichoke

Sea Lettuce

Mustard Seeds

Saffron

Garlic

Spices

FRANCESCO APREDA





LA BIOGRAFIA
THE BIOGRAPHY

- DAVIDE DEL DUCA -

OSTERIA FERNANDA



David Del 2



AMBASCIA
DEL GUSTO

FERNANDO
Pastor

Nella trama ricca e variopinta della cucina contemporanea italiana, Davide del Duca si distingue come un artefice di gusto, un cuoco che con passione e dedizione ha saputo trasformare la sua visione culinaria in realtà. Nato a Roma nel 1982, Davide porta orgogliosamente le radici della Ciociaria, una terra nota per la sua ricchezza gastronomica, che fin da piccolo ha influenzato profondamente il suo palato e il suo interesse per la cucina.

La sua storia inizia nei vicoli della capitale, dove i profumi e i colori delle trattorie locali accendono in lui una scintilla che lo porterà a esplorare le infinite possibilità offerte dai fornelli. Educato tra i banchi delle più rinomate scuole culinarie, Davide si immerge nella tecnica e nella tradizione, ma è nel suo spirito intraprendente e creativo che trova la vera chiave per interpretare i piatti della tradizione in chiave moderna.

Il suo percorso professionale è costellato di esperienze significative, che lo vedono impegnato in prestigiosi ristoranti d'albergo e in cucine stellate. In ogni contesto, Davide non si limita a eseguire, ma osserva, apprende e sperimenta, arricchendo il suo bagaglio tecnico e personale. La sua aspirazione, tuttavia, va oltre la pura eccellenza tecnica: sogna di avvicinare l'alta cucina a un pubblico più ampio, di democratizzare l'esperienza gastronomica senza compromettere la qualità.

Da questa visione nasce "Fernanda", il suo primo bistrot, dove la ristorazione di alta gamma diventa accessibile, in un ambiente dove ogni cliente può sentirsi accolto e coccolato. "Fernanda" è un luogo dove la tradizione culinaria italiana viene reinterpretata con un tocco di modernità e originalità, dove ingredienti locali e internazionali si fondono per creare piatti unici e memorabili.

Tra le creazioni che hanno contribuito a consolidare la reputazione di Davide, spiccano i suoi Bucatini all'Amatriciana, una rivisitazione del classico romano che incanta per autenticità e profondità di sapore. Il riconoscimento del Premio Birra Moretti 2014/15 è un'ulteriore conferma del suo talento, premiando la sua capacità di innovare mantenendo salde le radici nella tradizione. I piatti che segnano questo successo, come il Cappelletto alla Birra con Funghi, Nocciole, Parmigiano Reggiano e Foie Gras, simboleggiano l'essenza della sua cucina: un connubio tra l'eccellenza delle materie prime e l'audacia creativa.

La fondazione dell'associazione Ambasciatori del Gusto nel 2016 è un altro capitolo importante della sua carriera, sottolineando il suo impegno non solo nella cucina, ma anche nella promozione della cultura gastronomica italiana. Questo impegno viene riconosciuto nel 2017 con la nomina a Nuovo Chef Associato JRE Italia, un titolo che testimonia il suo contributo all'eccellenza culinaria del paese.

Il 2023 segna l'apertura di "Bianca Trattoria", il suo secondo ristorante, che riflette la stessa filosofia di "Fernanda": rendere l'alta cucina inclusiva, valorizzando il territorio attraverso la scelta delle materie prime e l'interpretazione moderna della tradizione. In entrambe le sue iniziative, Davide continua a perseguire l'obiettivo di abbattere le barriere tra alta cucina e pubblico, dimostrando che la qualità eccelsa può essere un'esperienza condivisa da tutti.

La biografia di Davide del Duca, quindi, non è solo il racconto di un chef di talento, ma la storia di un sogno che prende forma, di una passione che diventa professione, di un impegno che trasforma la cucina in un punto di incontro tra eccellenza e accessibilità. Nel suo viaggio, Davide ci invita a riscoprire il valore autentico del cibo: non solo nutrimento per il corpo, ma espressione di cultura, tradizione e innovazione.

In the rich and varied tapestry of contemporary Italian cuisine, Davide del Duca stands out as a craftsman of taste, a chef who, with passion and dedication, has managed to turn his culinary vision into reality. Born in Rome in 1982, Davide proudly carries the roots of Ciociaria, a land known for its rich gastronomic wealth, which from an early age deeply influenced his palate and interest in cooking.

His story begins in the alleys of the capital, where the aromas and colors of local trattorias ignite a spark in him that will lead him to explore the infinite possibilities offered by the stove. Educated among the desks of the most renowned culinary schools, Davide immerses himself in technique and tradition, but it is in his enterprising and creative spirit that he finds the true key to reinterpret traditional dishes in a modern key.

His professional path is dotted with significant experiences, seeing him engaged in prestigious hotel restaurants and Michelin-starred kitchens. In every context, Davide does not just execute but observes, learns, and experiments, enriching his technical and personal baggage. However, his aspiration goes beyond mere technical excellence: he dreams of bringing haute cuisine closer to a wider audience, democratizing the gastronomic experience without compromising on quality.

From this vision “Fernanda” is born, his first bistro, where high-end dining becomes accessible, in an environment where every customer can feel welcomed and pampered. “Fernanda” is a place where Italian culinary tradition is reinterpreted with a touch of modernity and originality, where local and international ingredients blend to create unique and memorable dishes.

Among the creations that have helped consolidate Davide’s reputation, his Bucatini all’Amatriciana stands out, a reinterpretation of the Roman classic that enchants for authenticity and depth of flavor. The recognition of the Birra Moretti Award 2014/15 is a further confirmation of his talent, rewarding his ability to innovate while maintaining strong roots in tradition. The dishes that mark this success, like the Beer Cappelletto with Mushrooms, Hazelnuts, Parmigiano Reggiano, and Foie Gras, symbolize the essence of his cuisine: a union between the excellence of raw materials and creative boldness.

The foundation of the Ambassadors of Taste association in 2016 is another important chapter in his career, highlighting his commitment not only in the kitchen but also in promoting Italian gastronomic culture. This commitment was recognized in 2017 with the appointment as New Associate Chef JRE Italia, a title that testifies to his contribution to the country’s culinary excellence.

2023 marks the opening of “Bianca Trattoria,” his second restaurant, reflecting the same philosophy as “Fernanda”: making haute cuisine inclusive, valuing the territory through the choice of raw materials and the modern interpretation of tradition. In both his initiatives, Davide continues to pursue the goal of breaking down the barriers between haute cuisine and the public, demonstrating that supreme quality can be an experience shared by everyone.

The biography of Davide del Duca, therefore, is not just the story of a talented chef but the story of a dream taking shape, a passion becoming a profession, a commitment that transforms cooking into a meeting point between excellence and accessibility. In his journey, Davide invites us to rediscover the authentic value of food: not just nourishment for the body but an expression of culture, tradition, and innovation.

LA CENA
THE DINNER

- DAVIDE DEL DUCA -

OSTERIA FERNANDA



1

RIGAGLIE DI POLLO, CURRY VERDE E MANDARINO





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Fegatini
Durelli e Cuore di Pollo
Burro
Scalogno
Vino Dolce
Curry Verde
Succo di Mandarino
Pepe
Sale

DAVIDE DEL DUCA





1

CHICKEN OFFAL,
GREEN CURRY,
AND MANDARIN





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

*Chicken Livers,
Chicken Gizzards and Heart
Butter
Shallot
Sweet Wine
Green Curry
Mandarin Juice
Pepper
Salt*

DAVIDE DEL DUCA





2

RAZZA CROCCANTE,
BROCCOLO ROMANO,
ALICI E MELA VERDE





INGREDIENTI PRINCIPALI DELLA RICETTA

Ali di Razza
Broccolo Romano
Alici
Succo di Mela Verde
Farina
Uova
Pane Panko
Prezzemolo
Sale

DAVIDE DEL DUCA





2

CRISPY SKATE,
ROMANESCO BROCCOLI,
ANCHOVIES AND
GREEN APPLE





MAIN INGREDIENTS OF THE RECIPE

Skate Wings

Romanesco Broccoli

Anchovies

Green Apple Juice

Flour

Eggs

Panko Bread Crumbs

Parsley

Salt

DAVIDE DEL DUCA





LOCATION
VIDEO E
SHOOTING
FOTOGRAFICI
DEL PROGETTO
CHEFS IN ROME

LOCATION
VIDEO AND
PHOTO SHOTS
FOR THE PROJECT
CHEFS IN ROME

Iside De Cesare

Chef - 1* stella Michelin

RISTORANTE LA PAROLINA

Via Giacomo Leopardi, 3

01021 Trevinano VT



Francesco Apreda

Chef - 1* stella Michelin

RISTORANTE IDYLIO BY APREDA

(The Pantheon Iconic Rome Hotel)

00186 Roma RM



Daniele Usai

Chef - 1* stella Michelin

RISTORANTE IL TINO

Via Monte Cadria,127

00054 Fiumicino RM



Davide Del Duca

Chef

OSTERIA FERNANDA

Via Crescenzo del Monte,18

00153 Roma RM



“

*Per far comprendere l'incredibile bellezza di Roma,
ti basterà scattare una foto e aggiungere solamente 4 parole ...*

“Questo è per te”

*To convey the incredible beauty of Rome,
all you need to do is take a picture and add just 4 words...*

“This is for You”

”

