

La zucca protagonista del Ferrara Food Festival

La zucca è protagonista della seconda edizione di Ferrara Food Festival, il festival gastronomico in programma nel centro storico di Ferrara dal 4 al 6 novembre. Riso alla zucca, pasta con la zucca, zucca al forno, torta di zucca, la vera protagonista della cucina autunnale è ovviamente la zucca, ricca di vitamine e di proprietà benefiche per la salute. L'ortaggio indispensabile per potenziare il sistema immunitario e la salute del cuore sarà protagonista della seconda edizione di Ferrara Food Festival, il festival gastronomico in programma nel centro storico di Ferrara dal 4



al 6 novembre. Un festival interamente dedicato alle eccellenze enogastronomiche del territorio con un ricco calendario di appuntamenti, showcooking, degustazioni e incontri culturali per tre giorni all'insegna del buon gusto. Per omaggiare la zucca, regina indiscussa della cucina ferrarese, verrà realizzata una grande installazione ispirata alle atmosfere e alle suggestioni in stile Tim Burton dove un esercito di zucche formerà la scritta FERRARA, creando un'installazione che sarà il cuore della festa e resterà in mostra per tutti i giorni della kermesse. Come nella celebre fiaba le zucche prendono vita per accompagnare Cenerentola al castello, così durante il festival si animeranno per andare ad omaggiare la città ospitante. Sarà una vera e propria esplosione di gusto e colore, per la gioia del pubblico e dei visitatori, che potranno immortalare, riprendere e scattarsi selfie sia durante la creazione che nelle ore successive, in cui la grande scritta dedicata alla città degli Estensi resterà esposta, arricchendo il centro storico con questa inedita performance. Ferrara Food Festival sarà l'occasione giusta per scoprire i mille utilizzi della zucca in cucina, e per gli amanti della buona tavola l'appuntamento è presso il PalaEstense in Piazza Municipio sabato 5 novembre con un menù completo a base di ortaggio tipico della cucina ferrarese da poter utilizzare come ripieno dei tipici cappellacci, come contorno, per antipasti, secondi piatti e dessert. Lo chef Liborio Trotta capitanerà gli allievi dell'Istituto Alberghiero Vergani Navarra, che nell'occasione stupiranno il pubblico presente preparando un menu completo, dall'antipasto al dolce interamente basato sull'impiego della zucca, per presentare sia i grandi classici della tradizione culinaria del territorio, che alcune ricette sorprendenti e inaspettate, a dimostrazione di come non ci siano confini in cucina alla fantasia e all'originalità quando si hanno ottimi ingredienti a disposizione. Un solo ingrediente versatile e gustoso per arricchire ogni pietanza: si può cuocere al vapore, bollita, al forno o in padella, da gustare sempre sia con che senza buccia e ricchissima di nutrienti e proprietà benefiche per la salute di tutto l'organismo, dagli occhi alla pelle, con un grande apporto di vitamina A, C, E, oltre ad essere ottima per rinforzare il sistema immunitario ma soprattutto adatta a tutti grandi e piccoli, dal gusto dolce e delicato e si presta perfettamente anche ad abbinamenti con le spezie, oltre ad essere molto utile nel caso siate in ritardo per un gran ballo e vi occorra una carrozza.