Natale 2020: Car, una "borsa della spesa" per le festività

Mantenere intatte le tradizioni culinarie natalizie spendendo poco più di 10 euro a persona. Il Centro agroalimentare Roma (Car), in vista di Natale, ha realizzato una "borsa della spesa" ad hoc per aiutare i cittadini nella scelta dei prodotti, salvaguardando il portafoglio ma senza rinunciare alle tradizioni più radicate. I prodotti italiani sono la caratteristica: per quanto riguarda la frutta, in particolare clementine e arance. A queste si possono poi aggiungere anche fichi e frutta secca nazionale per tutti i gusti. Passando agli ortaggi, il primo posto lo guadagnano i carciofi a varietà tema, violetto o romanesco. Questi ultimi, provenienti dalla Sardegna, sono i primi della stagione. Anche le insalate, però, possono essere tra le protagoniste delle tavole romane: lattughe tutte, le indivie, la ricia, la scarola che viene consumata sia cotta che cruda. Anche il broccolo romanesco si può acquistare a prezzi contenuti. Per quanto riguarda il prodotto ittico, nel paniere oltre alle solite acciughe, all'arzilla e alle specie tipiche per la preparazione della zuppa e della frittura, anche i crostacei come scampi e gamberoni che notoriamente, in questo periodo, hanno un costo elevato. Ma, essendo previste appunto tavole a numero "ristretto", risultano abbordabili. Per 4 persone, mezzo kg di gamberoni sono sufficienti. Sempre tra il pescato si acquistano totani e seppie, in quanto piatti legati alla tradizione romana. Non mancano naturalmente i molluschi bivalvi: 1 kg di questi prodotti sono ampiamente sufficienti per 4 commensali. "Abbiamo voluto – commenta Fabio Massimo Pallottini, direttore generale del Car – dare questi semplici consigli ai consumatori per lanciare un messaggio di incoraggiamento. Quest'anno vivremo un Natale particolare, spesso lontano dagli affetti più cari, ma non per questo dobbiamo rinunciare a ciò che rende speciali i pranzi e le cene delle festività". "Abbiamo stimato – aggiunge Pallottini – che un 'romano' con circa 50 euro possa soddisfare appetito e tradizione per 4 persone, portando in tavola dall'antipasto alla frutta, sia per il cenone della Vigilia che per il pranzo di Natale".

Filippo Passantino