

Presentazione

Giuseppe Capano

Chef di Cucina e Consulente Alimentare

Opera nel campo ristorativo dal 1980 con molteplici esperienze professionali.

Conseguito il diploma scolastico alberghiero ha lavorato per numerosi anni in diversi ristoranti specializzandosi in tutti i settori che compongono l'universo della cucina professionale.

Negli anni ha sviluppato una **personale** e specifica **linea di cucina** caratterizzata dall'uso intensivo e ampio di verdure, legumi, cereali e frutta, ricercando altresì soluzioni culinarie nell'abbinamento tra il mondo **vegetale** e quello di **mare, un connubio dalle alte potenzialità poco studiato e valorizzato**.

Alla base di questo sviluppo e di questa ricerca c'è il recupero e la **valorizzazione** della **tradizione regionale e mediterranea**, Italiana e di tutto il sud Europa. Una ricerca continua che porta alla valorizzazione da un lato dell'autentica **Cucina Italiana** fatta di paesi, province e territori ricchi di prodotti e preparazioni di assoluto livello, dall'altro dall'incrocio di esperienze culinarie di tutte le popolazioni legate alla **cultura mediterranea**.

Senza per questo dimenticare le influenze **etiche** della cucina delle altre parti del mondo il cui pregio è quello di rendere ancora più interessanti i piatti cucinati e proposti al pubblico.

In parallelo a questa ricerca lo Chef ha avuto la fortuna di collaborare con alcuni medici che si occupano delle **implicazioni cliniche** tra **alimentazione e salute**. Sollecitato da questa esperienza di confronto ha, così, sviluppato una specifica **cucina di salute**, attenta alla forte componente preventiva intrinseca a molti alimenti, al corretto uso delle **tecniche di lavorazione** e dei moderni **strumenti di cottura**, al **benessere** di chi cucina, di chi gusta e si alimenta in modo preventivo, e in questa chiave alla **valorizzazione della materia prima** più semplice e di quella più elaborata. In poche parole una cucina moderna legata a 360 gradi al concetto di **Wellness globale** testimoniata dai numerosi libri di cucina scritti legati a questi temi e dalla ventennale esperienza di **insegnante** attento alla **didattica divulgativa**.

Attualmente si occupa di **consulenza ristorativa correlata in particolare al concetto di salute e benessere**, avvia e coordina la **linea di cucina** di alcuni ristoranti interessati allo sviluppo dei temi frutto dell'esperienza di Chef, organizza e gestisce **corsi di cucina**, collabora con **riviste** di alimentazione naturale.

E' autore di molti **libri di cucina** sull'uso degli alimenti nel rispetto della **salute**, del **gusto**, del **benessere umano e di quello dell'ambiente**.