



Elio Facchini, lo chef che unisce creatività, tradizione e modernità

Nonostante una lunga carriera lo Chef Elio Facchini continua ad approcciarsi alla cucina con passione, allegria e spirito di innovazione, qualità che trasmette anche nei suoi corsi di cucina. Da qualche mese è uscito il suo primo libro “Vegano più g(i)usto più sano”, un insieme di ricette e consigli per mangiar bene.



Fare un lavoro che si ama è sempre una grande fortuna anche quando richiede impegno, sacrifici e costanza. Una riflessione spontanea dopo aver incontrato **Elio Facchini**, lo chef di origini ferraresi che, dopo oltre vent'anni ai fornelli, riesce ancora ad appassionarsi, e ad appassionare, parlando di cucina.

Probabilmente, nel caso di Facchini, il segreto risiede nelle tante e diverse esperienze professionali che hanno accresciuto le sue competenze ed evitato che questo mestiere diventasse una banale routine. Nel corso degli anni, infatti, lo chef è stato allievo, insegnante, titolare di un proprio ristorante, chef in importanti cucine, lettore curioso e co-autore di un proprio libro sulla cucina vegana uscito da pochi mesi e già molto apprezzato.

Attualmente Elio Facchini è chef presso l'[Agriturismo La Strozza di Ferrara](#) ed insegna presso l'[Associazione Culturale Il Salotto del Buongusto di Bologna](#). Da qualche mese, è uscito il suo primo libro "**Vegano più g(i)usto più sano**" scritto insieme alla ristoratrice **Marcella Trivella** e alla naturopata **Elisa Pampolini**. Non si tratta di una semplice raccolta di ricette vegane ma un vero e proprio manuale che aiuta a scegliere gli alimenti giusti per mantenersi in buona salute.

La Gazzetta del Gusto ha incontrato lo Chef Facchini per una chiacchierata sul suo lavoro, sulla cucina italiana, sulle tendenze moderne e sui regimi alimentari più corretti.

Ciao Elio e grazie della tua disponibilità.

Un saluto a tutti voi.

Raccontaci un po' della tua storia e della tua formazione.

Dopo le scuole medie ho frequentato un corso di due anni al [Centro di formazione professionale "Nazareno" con sede a Carpi \(MO\)](#), in seguito diventato una scuola superiore con un ciclo di studi di cinque anni. All'epoca l'accesso era a numero chiuso e richiedeva molto impegno; era una sorta di collegio perché si dormiva anche presso la scuola. Ricordo che seguivamo ben 8 ore di cucina per 5 giorni a settimana e, tra il primo ed il secondo anno, abbiamo partecipato a stage

formativi presso le strutture alberghiere e ristoranti della riviera romagnola.

Come è avvenuto l'ingresso nel mondo del lavoro?

Terminato il biennio, ho iniziato a lavorare in strutture al mare, in montagna e in varie località italiane ed è stata una grande palestra perché mi sono misurato con le cucine di diverse regioni, ho conosciuto e sperimentato parecchi ingredienti, interagito con persone di ogni tipo e ho avuto la fortuna di lavorare con grandi maestri che mi hanno insegnato molto. A 23 anni, con un socio, abbiamo aperto un nostro ristorante che poi abbiamo venduto. Da quel momento, ho proseguito la mia carriera di chef professionista.

Quali sono le tue specialità o cosa preferisci cucinare?

In oltre vent'anni di carriera ho costruito una solida base di cucina tradizionale da cui sono partito per spaziare in diverse direzioni, dalla cucina creativa che mi ha appassionato moltissimo a quella molecolare, passando per la cucina etnica. Da qualche anno mi piace anche l'[alimentazione vegana](#) che, come sappiamo, ultimamente riscuote un notevole successo.

Una cosa che mi diverte molto preparare è il **finger food** perché in queste piccole "creazioni" si riversano tutta l'esperienza, l'abilità e la creatività di uno chef. Le porzioni ridotte, infatti, si prestano ad accostamenti particolari e "azzardati" che, se fossero più abbondanti, potrebbero disturbare o risultare non gradevoli.

Come si riesce ad "osare" in cucina senza fallire?

La cucina si fonda su un bilanciamento di sapori e, oltre alla preparazione di base, sono necessari intuito e anni di esperienza. Un cuoco deve conoscere le materie prime e i risultati delle lavorazioni; deve essere abituato ad assaggiare gli ingredienti che sta per adoperare perché spesso il sapore cambia, soprattutto nel caso di frutta e verdura. La degustazione è importante perché devi essere capace di apportare le opportune correzioni per ottenere il miglior risultato possibile.

Hai parlato di cucina creativa. Spiegaci cosa significa.

La cucina creativa è ispirata alla tradizione però con l'aggiunta di ingredienti, lavorazioni e tecniche innovative che si evolvono continuamente anche perché le attrezzature in commercio diventano sempre più numerose e sofisticate. Pensiamo ai metodi di cottura come quella a basse temperature, al microonde o alla cottura sottovuoto. Essendo emiliano, sono partito dalla cucina della mia regione e poi, conoscendone le basi e i prodotti tipici, ho spaziato in altri ambiti.

Come mai hai deciso anche di insegnare?

Qualche anno fa mi è venuta voglia di insegnare perché mi piaceva l'idea di mettere a disposizione degli altri le nozioni che, a mia volta, avevo appreso dai miei maestri. Dopo varie esperienze come docente, circa quattro anni fa, ho conosciuto Valentina Carravieri che è la Presidente dell'Associazione culturale "**Il Salotto del Buongusto**" con sede a Bologna e abbiamo deciso di collaborare. I primi corsi che ho tenuto sono stati sul finger food, il classico "cibo da mangiare con le mani".

Cosa consigli ai giovani che vogliono diventare chef?

Questo mestiere è appassionante ma è anche faticoso. Intanto consiglio di studiare seriamente ed imparare molto bene, di essere umili e ascoltare chi ha più esperienza, di non azzardare e non montarsi troppo la testa. In cucina si lavora molte ore, non si deve guardare l'orologio e non avere la pretesa di arrivare chissà dove perché, purtroppo, sono pochi quelli che conquistano la visibilità

in TV o vengono assunti in posti dove sono apprezzati e gratificati, anche economicamente. Ritengo che ci vogliano almeno 20 anni di esperienza in cucina per diventare bravi anche se, oggi, la scuola alberghiera impartisce una formazione molto più completa di un tempo grazie alla maggiore disponibilità di insegnanti e di attrezzature moderne.

Altra cosa importantissima è la necessità di aggiornarsi e rinnovarsi; il mondo e la società si sono velocizzati e questo si riflette anche sulla cucina. Uno chef deve avere sempre gli occhi e la mente aperti sulle mode e sulle tendenze. Io stesso ho seguito e seguo costantemente corsi di aggiornamento cercando di non pietrificarmi sulle conoscenze già acquisite.

Cosa pensi della cucina vegana e di chi sceglie questo regime alimentare?

Non è una scelta pericolosa ma sicuramente è impegnativa e, proprio per questo, il dibattito tra medici e nutrizionisti è molto acceso. Alcuni sostengono che nel mondo vegetale siano presenti tutte le componenti necessarie in qualsiasi fase della vita; secondo altri, ciò non è corretto perché l'uomo è un animale onnivoro e ha bisogno sia di proteine animali che vegetali. Questi ultimi, identificano nella dieta mediterranea quella più completa sotto il profilo nutrizionale e priva di agenti cancerogeni, visto che è povera di grassi animali. Di sicuro è incontestabile che la cucina vegana abbia il grosso vantaggio di non favorire l'insorgenza o lo sviluppo di alcune forme tumorali.

Personalmente ritengo che non esista un principio valido per tutti ma vanno valutate una serie di condizioni, dal fisico di ciascuna persona alle sue abitudini alimentari, dal tenore di vita ad eventuali intolleranze. Passare all'alimentazione vegana non deve essere una scelta improvvisata; un passaggio troppo repentino potrebbe sconvolgere il nostro corpo. Si devono conoscere i principi nutrizionali degli alimenti e bilanciare l'alimentazione quotidiana inserendo, tra l'altro, il giusto apporto di legumi che contengono proteine, carboidrati, sali minerali. D'altra parte va considerato che anche i vegetali possono far male perché hanno tossine e assorbono radiazioni e tutte le sostanze contenute nel terreno, comprese quelle nocive apportate da fertilizzanti chimici o insetticidi. Pensiamo al sedano, considerato lo "spazzino" dei terreni proprio per questa sua predisposizione a assimilare tutto ciò che c'è nel terreno.

Ritieni che la scelta vegana nei bambini possa essere dannosa alla salute?

Non è semplice rispondere ma anche in questo caso suggerisco di farsi seguire da persone molto competenti. Devo dire che conosco anche bambini vegani che sono in ottima salute.

Quindi cosa consigli alla gente comune che vuole cambiare regime alimentare?

Consiglio di documentarsi, di non improvvisare e, se proprio non abbiamo tempo o voglia di informarci, è opportuno farci seguire da un dietologo o da un nutrizionista. I danni causati da una cattiva alimentazione supererebbero di gran lunga il sacrificio economico rappresentato dal ricorso a un professionista.

Dalle tue parole si capisce quanto sia importante la "cultura" del cibo per il nostro benessere.

Esatto, è proprio così. Direi che è sempre stato importante ma oggi lo è ancora di più. Alcuni alimenti vanno assunti con moderazione. Pensiamo all'olio di palma che praticamente troviamo in quasi tutte le merendine che facciamo mangiare ai nostri bambini e che è sicuramente un ingrediente che non fa bene.

Parliamo della tua esperienza come insegnante al Salotto del Buongusto. Che tipo di impronta hanno le lezioni?

Mi occupo di diversi corsi e mi piace partire dall'insegnamento delle basi della cucina in cui si usano le mani e gli attrezzi semplici che tutti hanno in casa. Non avrebbe senso seguire un corso di cucina per adoperare una macchina.

Spesso accanto al corso di cucina, impariamo anche ad abbinare e degustare il vino, ad apparecchiare la tavola e i principi alla base dell'ospitalità. In questa associazione si respira un'atmosfera serena e piacevole e questo mi piace molto.

Ti saluto chiedendoti qualche notizia sul tuo libro.

Il libro si chiama "[Vegano più g\(i\)usto più sano](#)" ed è stato scritto da me insieme a Marcella Trivella, che è una ristoratrice, e alla naturopata Elisa Pampolini. Ne siamo molto fieri perchè, oltre alle ricette, contiene nozioni dietetiche e oncologiche affinché la gente impari a scegliere un'alimentazione corretta e sana.

Data di creazione

05/10/2015

Autore

enzo-radunanza