

non si vive di solo pane



Da sinistra, Tiziana Frescobaldi, Carlo Conti e Simona Negro: condividono l'amore per il cibo e per la loro città.

SE INGRASSO (NON) MI SPOSO

TRE FIORENTINI PARLANO DI VINO, DI TV
E DEI SEGRETI PER RIMANERE IN FORMA:
SCEGLIERE DI VIVERE NELLA CITTÀ GIUSTA, CIBO
MODERATO. E NON DIRE MAI QUEL SÌ...

di MAURA RADAELLI foto di DARIO ORLANDI per "A"

INVITATE:

Carlo Conti (conduttore tv), Tiziana Frescobaldi (responsabile comunicazione Frescobaldi), Simona Negro (responsabile comunicazione e marketing Figurella Italia)
al Frescobaldi Wine Bar & Restaurant di Firenze



Da sinistra, Simona Negro, Carlo Conti e Tiziana Frescobaldi (anche nelle foto sotto).

«Noi, che volevamo andare all'Isola di Wight e non all'Isola dei famosi. Noi, che il cambio della 500 era il terzo incomodo. Noi, che la Escort per fortuna era solo un'automobile...». Carlo Conti cita dal suo libro *I migliori anni* (Mondadori). «Be', mio, ho solo avuto l'idea di raccogliere gli sms mandati dai lettori. E il ricavato va all'ospedale Meyer». Le sue compagne di tavolo approvano: il centro di cura per i bambini è una vera istituzione. Un pranzo tra fiorentini doc («io docg», precisa Conti), al ristorante Frescobaldi: con lui Tiziana, la padrona di casa, secoli di nobiltà alle spalle e una semplicità disarmante; e Simona Negro, diventata fiorentina per amore. «Non solo per amore, una milanese non va dove la porta il cuore», ci vuole anche una motivazione più pratica: mi sono trasferita da mio marito per aprire qui i centri Figarella», spiega, forzando un tantino sull'accento toscano.

E quello che c'è sulla tavola rispecchia in pieno la filosofia del «moderato mangiabile» dei centri di *remise en forme*: ottimo vino in quantità limitata, una serie di piatti (flan di pecorino e di radicchi, ravioli di zucca, paccheri con baccalà e ceci di montagna) da cui tutti assag-

giamo senza esagerare. «Poi ci vuole un po' di movimento», precisa Simona Negro. «E se vivi a Firenze ti viene facile, è un punto in più a favore della città: le distanze sono limitate, per accompagnare mia figlia a scuola faccio una bella passeggiata quasi in campagna. A Milano mi toccava mezz'ora di metro». Carlo Conti sostituisce la ginnastica con le dieci ore di lavoro in studio al giorno, ma il risultato è una forma perfetta. È meno abbronzato che in tv; ma la sua faccia vira al rosso quando gli si chiede del suo prossimo matrimonio, di cui ultimamente hanno parlato i giornali. «Non ci sono date», tronca lei. «Ma sì, Carlo, non si sposi, rischia di ingrassare», sdrammatizza Simona Negro. «Be', in realtà vale più per le donne... Dopo il «sì» spesso aumentano di peso, esperienza professionale».

Conti torna a sorridere davanti a una bottiglia di Luce, uno dei suoi vini preferiti. «Noi, che per vedere le gambe delle donne chiedevamo aiuto al vento», legge ancora. A proposito, lei è famosa anche perché ha fatto rivestire le sue vallette dell'*Eredità*. «Vestire le ignude», ride. «Ma non perché sono un puritano, semplicemente in un preserale le ragazze scollacciate non sono logiche», spiega. «E

Le ricette di Frescobaldi



Branzino all'isolana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 patate, 4 cipolline fresche, 4 branzini sfilettati, 2 spicchi d'aglio, un peperoncino, prezzemolo, 150 g di pomodorini Pachino, 100 g di olive nere, un bicchiere di vino bianco, 2 dl di brodo, olio, sale, pepe

Pelate le patate e tagliatele a dadini; pulite le cipolle, riducetele e fettine e spargete le verdure in una teglia una d'olio. Salate e pepate i filetti di pesce e posateli sulle verdure. Cospargete con l'aglio a fettine, il peperoncino a rondelle e il prezzemolo; aggiungete i pomodorini e le olive e versate il vino e il brodo. Passate in forno già a 160° per circa 20 minuti e servite ben caldo, con le verdure e il fondo di cottura.



vino in vetrina

Da «enoteca con cibo» a ristorante di successo. Il direttore Duccio Magni spiega perché: cucina toscana di qualità, vini a bicchiere, primi anche in mezza porzione. E ottimo rapporto qualità-prezzo: a pranzo 30 euro vini compresi, a cena 35 vini esclusi (Frescobaldi Wine Bar & Restaurant, via dei Magazzini 2-4 R, tel. 055284724, www.delfrescobaldi.it).



L'ingresso del Frescobaldi Wine Bar & Restaurant: sullo sfondo il Palazzo Vecchio di piazza della Signoria. Sotto, Simona Negro.



poi hanno un ruolo un po' da professoressa, sapete quelle supplenti belline da morire che ci facevano girare la testa da ragazzi? Quelle con i jeans e la camicetta allacciata al punto giusto?». E devono piacere molto a giudicare dai risultati di ascolto e dagli spettatori illustri che non si perdono la "ghigliottina" finale: da Fiorello a Umberto Eco, da Benigni a Celentano. «Minzolini deve volerle un gran bene», interviene Tiziana Frescobaldi. «Chissà quanti ascolti porta al Tg1».

Conti glissa, ha sempre dichiarato che alla Rai sta bene, che non scambierebbe la libertà che gli lasciano con un aumento del compenso. L'argomento di conversazione è passato alla tv. «Che è come un grande ristorante dove devi trovare di tutto, trasmissioni leggere e impegnate. E non è detto che i programmi per un pubblico alto siano in assoluto migliori, l'importante è fare qualità, anche con gli show o i quiz», riassume Conti. Racconta di quando Dalla e De Gregori hanno cantato *Generale a I migliori anni*, l'incontro con Liza Minnelli, i suoi miti, Bongiorno-Baudouin-Arbore, «le mie tre anime». Simona Negro per segreto professionale non può fare i nomi di clienti famose, ma si capisce che ce ne sono tante. Tiziana Frescobaldi racconta che Sarah Jessica Parker è stata nel ristorante di famiglia, che Michael Douglas, Catherine Zeta Jones e John Malkovich amano i loro vini. «Dicono anche Obama, ma non ho riscontri diretti», continua. «Mi hanno eletto sommelier onorario», interviene Conti. Ma Tiziana Frescobaldi, donna del vino, preferisce il mondo dell'enologia al femminile: «Siamo meno dogmatiche, meno maniacali», spiega. «Una sommelier non dirà mai che in un rosso importante senti odore di "sella bulgara", per di più al tramonto: mi è capitato di sentirlo, davvero. Per noi fare il vino, e berlo, è soprat-



tutto un piacere».

C'è tempo per un ultimo brindisi, e le ragioni ci sono: l'Eredità di Conti ha superato le mille puntate. Simona Negro festeggia il milione di donne che -hanno riacquisito la forma e l'hanno mantenuta, perché fa parte del metodo Figurella insegnargli a non dipendere più da noi-; Tiziana Frescobaldi i 700 anni di produzione vinicola, «nei nostri archivi abbiamo trovato un documento del 1310-1311», dice come se fosse la cosa più naturale del mondo. Ma probabilmente per la sua famiglia (arrivata alla trentesima generazione) lo è. Nei secoli, fra mille difficoltà e avventure, annovera un amico di Dante Alighieri, un congiurato contro Lorenzo il Magnifico, un grande musicista, scambi vino-opere con Donatello, «con Michelangelo non siamo sicuri». Certo, però, quando nell'800 avete venduto la *Natività* di Piero della Francesca agli inglesi... Frescobaldi insorge: «No, eh? Sono stati i Franceschi Marini che con noi erano solo imparentati. E poi, si potrà pure avere una *défaillance* economica ogni tanto, non le pare?».



Filetto di maiale al tartufo nero

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g di filetto di maiale pulito, farina, 2 bicchieri di vino bianco secco, 60 g di tartufo nero, 150 g di panna fresca, 100 g di burro, sale, pepe

Tagliate la carne in 8 fette uguali, infarinatela e rosolatela a fuoco vivo nel burro caldo. Versate il vino, lasciatelo evaporare quindi unite 20 g di tartufo tagliato a lamelle; salate, pepate, aggiungete la panna e cuocete per 3-4 minuti (la carne deve rimanere rosa all'interno). Servite i medaglioni con il fondo di cottura, completando con il tartufo rimasto, sempre tagliato a lamelle.



Nutriti con intelligenza,
abbonati ad "A"
È il tuo cibo per la mente
ABBONATI SUBITO!
www.abbonamentircs.it