

MAGGIO/GIUGNO 2000

Lire **5.000**
In Italia Euro 2,58

Men's Health

il piacere di essere uomo

SALUTE!

DI MASSIMO CASTELLI
FOTO MARCO AZZONI/MDA

denominazione di origine incontrollata

PERCHÈ IL
WINO
FA BENE

Imbottigliato dalla redazione di
Men's Health

136 MEN'S HEALTH MAGGIO/GIUGNO 2000

- ▶ **Abbassa i rischi di malattie cardiovascolari**
- ▶ **Accelera l'eliminazione del colesterolo cattivo**
- ▶ **È antiossidante, previene i disturbi circolatori**
- ▶ **Ha effetti anticancerogeni e anti-Alzheimer**
- ▶ **La dose ideale: tre bicchieri al giorno**

IL MEGLIO DI **Men'sHealth**

I primi dieci italiani

- ▶ Franciacorta Cuvée Annamaria Clementi '91 Ca' del Bosco, L. 120.000
- ▶ Barbaresco Sori San Lorenzo '96 Gaja, L. 250.000
- ▶ Barolo Monfortino '85 Giacomo Conterno, L. 800.000
- ▶ Sassicaia '88 Tenuta San Guido, L. 800.000
- ▶ Amarone Vigneto di Monte Lodoletta '92 Da Forno, L. 300.000
- ▶ Solaia '95 Antinori, L. 180.000
- ▶ Turriga '94 Argiolas, L. 90.000
- ▶ Vin Santo '89 Avignonesi, L. 160.000

dieci stranieri

- ▶ Champagne Krug Collection '79, L. 500.000
- ▶ Château Le pin '90, L. 3.000.000
- ▶ Château d'Yquem '83, L. 1.200.000
- ▶ Margaux Château Margaux '89, L. 800.000
- ▶ Tokay Pinot gris Clos Windsbuhl Vendanges Tardives '94, L. 150.000
- ▶ Pauillac Château Lafite-Rothschild '86, L. 800.000
- ▶ Pauillac Château Latour '90, L. 1.500.000
- ▶ Shiraz Mount Edelstone Henschke '91, L. 550.000
- ▶ La Tâche Romanée-Conti '93, L. 2.500.000
- ▶ Porto Quinta do Vesuvio '94, L. 350.000

QUANDO USARE LA CARAFFA

Molti vini possono essere serviti dalla bottiglia direttamente nel bicchiere, altri sono da "decantare", nel senso che vanno travasati in una caraffa o in un decanter. Due gli scopi principali (il terzo, sfoggiare i più bei pezzi di servizio delle feste).

Il primo scopo: ossigenare il vino, lasciando che il bouquet si offra al meglio. Un'operazione superflua con i bicchieri giusti, grandi e panciuti. Il vero amatore preferisce aprire la bottiglia al momento, e seguire il risveglio dei profumi nel bicchiere.

Il secondo scopo: più concreto. Talvolta i grandi rossi invecchiati o non filtrati presentano sul fondo sedimenti naturali brutti da vedere, fastidiosi in bocca. Lascia la bottiglia nel cestello e versa il vino con cautela, oppure decanta delicatamente, osservando in controluce il collo della bottiglia, oppure serviti di un piccolo imbuto con filtro incorporato.

I suoi nemici: sigarette e fiori profumati

GLI ERRORI PIÙ COMUNI

- Meglio bere ai pasti: VERO.** L'alcol passa più lentamente nel sangue se viene bevuto durante un pasto. Quando si mangia l'alcolemia raggiunge il livello massimo in un'ora, ma in mezz'ora se si è digiuri!
- L'alcol disseta: FALSO.** Al contrario disidrata, perché aumenta la quantità di urine emesse. È questo uno dei meccanismi che spiega la bocca impastata.
- L'alcol dà forza: FALSO.** Provoca un'euforia che dà solo la sensazione di forza.
- L'alcol riscalda: FALSO.** La sensazione di calore è lega-

ta alla dilatazione dei vasi capillari della pelle. In realtà, provoca una diminuzione della temperatura centrale del corpo (1/2 grado ogni 50 g d'alcol ingeriti).

Il tasso alcolico diminuisce aggiungendo dell'acqua: FALSO. Mischiare acqua e vino non cambia affatto la quantità d'alcol assunta. Bere acqua in grande quantità permette però di compensare la disidratazione.

Il vino non fa ingrassare: FALSO. Un bicchiere di vino apporta circa 70 calorie! Non resta che fare due conti...

PER UNA SERATA CHIC

1. Servi prima il vino più leggero, poi quello più forte. Il vino più giovane precede quello più maturo; la temperatura cresce.
2. Scaletta di servizio: bianco, rosato, rosso, vino da dessert.
3. Champagne o spumante per aperitivo, e vai sul sicuro.
4. Mangia del pane tra due bicchieri di vino, evita di fumare durante la degustazione, bevi anche acqua per rinfrescare il palato. Cambia bicchiere con i vini diversi.
5. Non dimenticare mai di

- "gustare" un vino, ma evita di fare lo smargiasso.
- 6. Usa i bicchieri appropriati per ogni tipo di vino.
- 7. Meglio scaraffare il vino rosso da decantare un'ora prima di berlo, porta in tavola anche la bottiglia.
- 8. Non mettere fiori profumati in stanza: uccidono l'olfatto.
- 9. Vietato il "botto" con le bottiglie di champagne e spumante.
- 10. Per mantenere il ghiaccio nel secchiello, con l'acqua aggiungi anche un pugno di sale.
- 11. Vietato capovolgere la bottiglia nel secchiello del ghiaccio quando è finita.



l'atmosfera che esso crea, più che per fornire l'occasione di sfoggiare una cultura enologica nella maggior parte dei casi zoppicante. Evita dunque ogni tentativo di ipnotizzarla con ampi quanto inopportuni gesti del cavatappi, con paroloni e pantomime. Piuttosto impressionala con un lume di candela, musica accattivante, qualche buona bottiglia ben servita. Colpirai. Del resto, non ti abbiamo detto che il vino fa bene al cuore? ◆

Con la consulenza di Paola Mura

Dalla botte alla rete. www.winespectator.com, la bibbia americana del vino, pilota il mercato internazionale; www.wineadvocate.com, si danno punteggi ai vini; www.slowfood.it, il sito del celebre movimento internazionale; www.sommelier.it, il sito dell'Associazione italiana sommelier, l'unica riconosciuta, che offre informazioni su corsi e vini.

CONTRASTO

taglia



stante le mani. Ma se il tappo a fungo fosse troppo tenero, mantenere fredda la bottiglia, in tavola va bene anche il metallo, anche preziosi) ma ancora più indicato è il acciaio e un po' di sale. I vini fermi richiedono un po' di mille modelli e altrettanti prezzi (il classico va bene se hanno incorporato il coltellino tagliaviti, cecisi ma dolci con il sughero. Per versare subito un anello salva-gocce sul collo della bottiglia, i silver sono anche belli).

FRANCO TANEL/GNERI

Conoscere i top

co ci capiscono e molto ridono. Il secondo gradino comprende i vini a indicazione geografica tipica (IGT) e dichiarano l'area geografica, il vitigno, l'arnata. I vini a DOC sono l'equivalente dell'Aoc francese. La Denominazione di Origine Controllata è attribuita a vini prodotti in un territorio delimitato, con caratteristiche enologiche, chimiche e organolettiche fissate dalle regole del disciplinare di produzione (tra le tante, le varietà di uva da usare, i modi e i tempi di invecchiamento). Al vertice della piramide c'è la DOCG, dove G sta per "Garantita": il controllo di qualità è più rigoroso, ogni bottiglia deve essere munita della fascetta-contrassegno di Stato, il disciplinare di produzione è più rigido, i requisiti di standard più alti, le analisi chimiche e organolettiche stabilite e effettuate per legge. VQPRD (vino di qualità prodotta in regione determinata) è la sigla europea che comprende Doc e Docg.

ti i paesi della Comunità Europea. **Obbligatori: il nome del vino** (per esempio Barbaresco e Santa Maddalena), **il nome dell'imbottigliatore** o la ragione sociale dell'azienda produttrice e la sua sede; **il numero del lotto** da cui proviene la partita del vino imbottigliato; **il volume** nominale del recipiente (ad esempio 0,750 litri); **la gradazione alcolica effettiva; natura merceologica del prodotto** (come la Doc). Per legge, **sono quattro i livelli della gerarchia di qualità dei vini italiani.** Pensa a una piramide che parte dal basso col vino da tavola (VdT), il gradino più umile. Ma anche il più contraddittorio: ricordiamo che solo da poco il Sassicaia non è più VdT ma Bolgheri Sassicaia, però molte altre etichette mito ancora lo sono, e spuntano prezzi stratosferici. Gli stranieri po-