



Comunicato stampa

PRESENTATO IL PRIMO ATLANTE ALIMENTARE DI PIATTI LIGURI

Il primo esempio in Italia di collaborazione tra mondo accademico, scientifico, istituzionale e imprenditoriale nella creazione di un nuovo strumento per conoscere porzioni, valori nutrizionali e sostenibilità delle ricette della tradizione ligure, valorizzando la Dieta Mediterranea, in occasione dei 15 anni dal riconoscimento Unesco.

Genova, 23 settembre 2026 — Non un ricettario in sé, quanto un metodo che può trasformarsi in consapevolezza e buona pratica: il primo **Atlante Alimentare dei piatti liguri** è una raccolta vera e propria di nozioni scientifiche, tradizione del territorio e metodo di lavoro in squadra. In occasione del quindicesimo anniversario del riconoscimento della **Dieta Mediterranea** come Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità **UNESCO**, nasce l'Atlante Alimentare dei Piatti Liguri, un progetto dedicato alla conoscenza e alla valorizzazione della tradizione gastronomica regionale attraverso un approccio scientifico, pratico e accessibile: una sinergia tra scienza, imprenditoria e istituzioni che rappresenta un esempio unico in Italia.

L'iniziativa è stata ideata e progettata da Camera di Commercio e Università di Genova, con il supporto di Regione Liguria – Assessorato allo Sviluppo Economico, settore Commercio, e realizzata in collaborazione con il Centro Ligure per la Produttività, gli operatori del marchio Genova Liguria Gourmet e l'Istituto Alberghiero Marco Polo di Genova.

L'Atlante nasce con l'obiettivo di offrire a cittadini, professionisti della salute e operatori della ristorazione **uno strumento concreto per interpretare in modo più consapevole la nutrizione** e il benessere quotidiano secondo una ricetta tradizionale: le quantità consumate, l'apporto energetico e nutrizionale dei piatti, l'impatto ambientale delle preparazioni tipiche liguri, aspetti fondamentali che, insieme alla soddisfazione e al gusto autentico, trasformano un atto "normale" come la preparazione di un pasto in un atto di consapevolezza. Attraverso fotografie e tabelle, ogni ricetta viene proposta in tre dimensioni di porzione — piccola, media e grande — per favorire una comprensione immediata e quotidiana del rapporto tra cibo, salute e abitudini alimentari.

La cucina ligure rappresenta una declinazione autentica della Dieta Mediterranea. Negli anni, infatti, proprio la dieta ligure è stata riconosciuta come la più attinente ai dettami FAO relativi alla sostenibilità e all'agenda 2030 e la migliore rappresentazione, quindi, della Dieta Mediterranea nella sua pratica



quotidiana. L'impiego abituale di olio extravergine d'oliva, verdure, legumi, pesce azzurro e prodotti locali di stagione, insieme al consumo contenuto di carne rossa, ne caratterizza il profilo nutrizionale e culturale. Benessere e tipicità: preparazioni come trofie al pesto, pansoti alla salsa di noci, cima alla genovese, verdure ripiene, focaccia, panissa e cappon magro esprimono una tradizione alimentare profondamente legata al territorio.

L'Atlante propone quindi un modello che non invita a rinunciare ai piatti identitari della Liguria, ma a scoprirli con uno sguardo più attento e nuovo all'interno di un'alimentazione equilibrata, in cui la consapevolezza delle porzioni rappresenta un elemento fondamentale di prevenzione e benessere.

Le immagini, infatti, consentono di confrontare visivamente ciò che viene consumato con porzioni di riferimento, rendendo più semplice stimare l'impatto alimentare reale sia sul benessere della persona che su quello ambientale/territoriale. A ciascuna tavola sono associate informazioni su energia, proteine, lipidi, glucidi, zuccheri, fibre, colesterolo e composizione degli acidi grassi, con valori riferiti agli ingredienti crudi oltre alla stima di sostenibilità derivata dalla produzione.

Ecco, quindi, che per ogni piatto viene stimato l'impatto ambientale in grammi di CO₂ equivalenti per porzione, rafforzando il legame tra salute individuale, scelte alimentari e sostenibilità. Il progetto include anche indicazioni relative agli allergeni, favorendo una comunicazione trasparente e una scelta più informata da parte dei consumatori.

L'Atlante è articolato in quattro aree: primi piatti, secondi piatti, torte salate e focacce, dolci. Tra le preparazioni considerate figurano, oltre alle trofie al pesto, minestrone con pesto, ravioli al tocco, coniglio alla ligure, stoccafisso accomodato, acciughe ripiene, focaccia alla genovese, farinata, torta pasqualina, formaggio di Recco IGP, canestrelli e pandolce.

Con questo progetto, Genova e la Liguria rafforzano la valorizzazione di un patrimonio gastronomico capace di coniugare tradizione, qualità delle produzioni locali, cultura alimentare, salute e attenzione all'ambiente. L'Atlante Alimentare dei Piatti Liguri si propone, così, come un riferimento utile sia per chi lavora nel settore alimentare e sanitario, sia per tutte le persone che desiderano avvicinarsi a un modello nutrizionale equilibrato senza perdere il legame con i sapori della propria terra.

Dichiarazioni:

Luigi Attanasio, Presidente di Camera di Commercio di Genova: "Da Liguri, mugugnoni e spesso schivi, questo successo racconta una realtà che forse stupisce ma senza dubbio inorgogolisce: la coesione tra realtà così differenti come il mondo imprenditoriale e quello accademico, concertati dalla Camera di Commercio, crea risultati eccellenti e unici. Questo primo esempio di Atlante



Alimentare racconta tanto della nostra storia. Dal territorio impervio, alla tradizione agroalimentare "povera" e sostenibile senza saperlo, dal sapersi arrangiare al creare piatti-simbolo di quella che è diventata la colonna portante dell'alimentazione sana, la Dieta Mediterranea. Festeggiamo così i suoi 15 anni di riconoscimento come patrimonio UNESCO con un compendio che speriamo diventi metodo vero e proprio da portare in giro per l'Italia"

"La tradizione alimentare è uno dei patrimoni più autentici della nostra regione che, non solo dobbiamo salvaguardare, ma sviluppare in chiave futura – spiega l'assessore regionale allo Sviluppo economico **Alessio Piana** -. In questa direzione va l'Atlante Alimentare dei Piatti Liguri che, oltre a rappresentare uno strumento utile di conoscenza per cittadini, operatori e imprese, rappresenta un virtuoso esempio di collaborazione tra istituzioni, mondo accademico e territorio".

«In un'epoca di tavole globalizzate - afferma l'assessora al Commercio e al Marketing territoriale del Comune di Genova, **Tiziana Beghin** - riscoprire l'origine e la storia di ciò che mangiamo significa rafforzare la nostra identità: per questo l'Atlante è una mappa preziosa, capace di raccontare il territorio attraverso prodotti, tradizioni e filiere e valorizzare un patrimonio agroalimentare fatto di eccellenze, saperi antichi e imprese familiari che hanno saputo tramandare i propri saperi innovando. Conoscere questo patrimonio è il primo passo per tutelarlo, promuoverlo e trasmetterlo alle nuove generazioni. L'Atlante svolge inoltre un'importante funzione di educazione alimentare, aiutando a riconoscere qualità, stagionalità e sostenibilità, senza contare che la valorizzazione delle produzioni locali rappresenta anche una concreta opportunità di sviluppo per le imprese e il commercio: il legame tra cibo, territorio e tradizioni contribuisce ad accrescere l'attrattività turistica. L'Atlante diventa così uno strumento di conoscenza, crescita economica e promozione delle comunità locali»

Livia Pisciotta, Professore Ordinario di Scienze dell'Alimentazione, DIMI - UniGe: "Conoscere i piatti della nostra tradizione significa anche comprenderne le porzioni, il valore nutrizionale e l'impatto ambientale. Alla progettazione e alla realizzazione dell'Atlante ha contribuito il nostro gruppo dell'Università di Genova, integrando competenze di dietetica, valutazione della sostenibilità e sicurezza alimentare, condivise anche con i ristoratori attraverso percorsi di alta formazione. L'Atlante offre ai professionisti della nutrizione uno strumento concreto per l'educazione alimentare e ai cittadini un aiuto per collocare i piatti della tradizione all'interno di un'alimentazione equilibrata. È un esempio di come le conoscenze universitarie possano tradursi in strumenti accessibili e utili alla comunità"

L'UFFICIO STAMPA

relazioni.esterne@ge.camcom.it; hira.grossi@ge.camcom.it