

*Un giovane cuoco italiano, Marco Squizzato, sta conquistando il successo in rete grazie a semplici ricette pensate per chi è “single” per scelta o per forza. ([Monica Scotti](#))*



Estate, tempo di vacanze e di libertà, ma non per tutti. Secondo recenti stime quasi un italiano su due, ovvero il 46,3% della popolazione (la percentuale è in netta crescita rispetto al 2009), sarà costretto a rinunciare alle vacanze. Restare in città, magari lavorando, in compagnia dell’afa estiva, mentre amici e conoscenti sono al mare, non deve essere il massimo, soprattutto per i tantissimi “single forzati”, ovvero i circa 8 milioni di italiani, soprattutto uomini, che tra luglio e agosto vedono partire ogni anno la famiglia (coniuge e figli) alla volta delle meritate vacanze mentre a loro tocca rimanere in casa a causa del lavoro o delle ristrettezze economiche.

E’ per andare incontro alle esigenze di queste persone, lasciate sole a destreggiarsi con l’ansia del frigo vuoto e dei pasti solitari, che è partito su youtube il programma “Rompiscatole in cucina”, affidato al giovane Chef Marco Squizzato, che propone video ricette creative, semplici da realizzare in pochi minuti, proprio perché ruotano quasi interamente intorno ai cosiddetti “cibi in scatola”, reperibili senza difficoltà in qualsiasi supermercato. Che il caldo non invogli a sperimentare ai fornelli è una certezza, ma che con poca fatica e pochi soldi si possano ottenere effetti da ristorante blasonato è una scoperta che genera entusiasmo.

Riprendendo l’idea del gourmet spagnolo, già noto blogger e

collaboratore del quotidiano El Pais, Falsarius Chef (un nome d'arte che la dice lunga!), che aveva ottenuto un incredibile successo con la pubblicazione del libro “Cucina per impostori” infarcito di ricette alla portata di chi, senza avere nozioni di alta cucina, vuole realizzare piatti elaborati risparmiando tempo e denaro, grazie all'utilizzo per lo più di ingredienti in scatola, anche il cuoco nostrano ha voluto dimostrare che piatti prelibati possono essere preparati in pochi minuti e con ingredienti che molti chef definirebbero “di fortuna”.

Pel la gioia dell'Anfima (Associazione nazionale fra i fabbricanti di imballaggi metallici ed affini) i video postati in rete stanno rapidamente catturando l'interesse del pubblico, spesso giovanissimo, forse a corto di contanti, ma di certo non a corto di fantasia. Tra le ricette di maggior successo spicca ad esempio l'”Insalata messicana”, che per allietare le tavole estive di cuochi dilettanti richiede solo un barattolo di fagioli rossi, una scatoletta di peperoni, una cipolla, un pò di provola affumicata, un uovo e del prezzemolo tritato.