



Alessandro Borghese: quando l'alta cucina diventa popolare e sostenibile

Stagionalità, piccoli produttori, semplicità e alta qualità. Il noto chef e volto tv di programmi di successo racconta la sua idea di cucina accessibile e green

Il benessere e la sostenibilità passano anche dalla tavola, la cucina diventa pertanto un linguaggio universale per parlare di equilibrio, salute, rispetto e consapevolezza. È da questa visione che parte **Alessandro Borghese**, chef e volto tra i più amati della televisione italiana (in questo periodo sul piccolo schermo con il fortunato format

Alessandro Borghese Kitchen Sound, in onda dal lunedì al venerdì su Sky Uno e in streaming su NOW), che in questa intervista riflette sul senso del suo mestiere: un mestiere fatto di passione, cura per le persone e valorizzazione delle materie prime.

La sua idea di cucina è **un atto d'amore, un modo per far star bene gli altri** e prendersi anche cura del pianeta attraverso piccoli grandi gesti: utilizzo di **prodotti stagionali**, rispetto per i **piccoli produttori**, **riduzione degli sprechi**. Elementi che si ritrovano anche nei suoi ristoranti **AB – il lusso della semplicità**, aperti a **Milano e Venezia**, quest'ultimo inserito nella **Guida Michelin 2025**, nei quali, come ci racconta, porta in tavola una precisa filosofia che è anche uno stile di vita fuori della cucina.



Oltre che un lavoro, cosa rappresenta per lei la cucina?

*La cucina è ciò che mi dà mangiare. È la mia passione, diventata un lavoro. Dico sempre ai giovani: trovate qualcosa che vi piace, **inseguite i vostri sogni**. Se fai qualcosa che ti diverte e ti appassiona, quella stessa cosa può diventare un mestiere, può creare lavoro e soddisfazione. Quando la passione si trasforma in professione, è una grande fortuna.*

Come è nata la sua passione per la cucina?

*Sono sempre stato una buona forchetta. Da ragazzo mi piaceva cucinare per gli amici, e anche mio padre aveva lo stesso spirito conviviale. Mi ha sempre affascinato l'idea della **tavola come luogo d'incontro e di condivisione**: la cucina unisce, è un patrimonio da difendere e promuovere, parte integrante della nostra identità italiana. Un cuoco non è mai arrivato, **non si smette mai di imparare**. È sempre un viaggio, una scoperta continua. Ho la fortuna di farlo nel Paese più bello del mondo dal punto di vista gastronomico.*

Qual è il suo piatto preferito e perché?

*Lo spaghetti al pomodoro. È il piatto italiano per eccellenza: semplice, autentico, mai uguale a sé stesso perché cambia con la stagione. La **stagionalità** è un elemento fondamentale in cucina.*

Come descriverebbe il suo stile culinario e cosa lo distingue?

*Il mio stile si riassume nel motto dei miei ristoranti di Milano e Venezia: **il lusso della semplicità**. È diventato il mio stile di vita. Nei miei locali il cliente può gustare piatti di alta ristorazione, ma in un **ambiente informale, accogliente, quasi familiare**. Anche a Venezia, dove abbiamo 60-70 coperti, l'atmosfera resta comunque molto conviviale. È un'alta cucina popolare.*

Quindi secondo lei è possibile conciliare alta cucina e accessibilità?

*I costi di gestione di un ristorante sono alti, è vero, ma l'obiettivo è sempre far provare l'alta cucina al maggior numero di persone possibile. Cerco sempre di trovare il giusto **equilibrio tra la sostenibilità imprenditoriale e l'accessibilità** per un pubblico ampio.*

Come mette in pratica la sostenibilità nella sua cucina?

*Per me la sostenibilità parte dalla stagionalità e dal privilegiare **materie prime locali**, provenienti da piccoli produttori. Poi, come dicevo prima, lo spreco. Faccio un esempio: il carciofo. Cerco di usarlo tutto, recuperando ogni*



parte e **riducendo gli scarti**. Nei ristoranti utilizziamo anche tecnologie per il **risparmio energetico e la purificazione dell'aria**, migliorando la qualità ambientale degli spazi. È un'attenzione che deve essere concreta e quotidiana.

Lo spreco alimentare è una nota dolente sulla quale bisognerebbe lavorare molto anche a livello culturale...

*Assolutamente. **Noi italiani, purtroppo, sprechiamo ancora troppo**. I Paesi nordici, in questo, sono più virtuosi. Ma vedo che le nuove generazioni di cuochi, come i ragazzi della mia brigata, sono molto più sensibili al tema dell'ambiente e dello spreco. È **una generazione che ci aiuta a migliorare**, e questo mi dà fiducia.*

Quali sono i prodotti locali e stagionali che ama utilizzare di più, e perché?

*Amo la **pasta fresca** e la **pasta ripiena**, il Parmigiano, le **erbe spontanee**. A Venezia, per esempio, in laguna, raccolgo personalmente alcune erbe che uso nei miei piatti. Mi piace quando i piccoli produttori vengono a propormi **formaggi, ortaggi, funghi**: è un mondo che mi appassiona e mi stimola a creare. Sono le fondamenta del mestiere di cuoco e la spinta che ti fa continuare a stare in cucina, nonostante sia un lavoro meraviglioso ma molto impegnativo, anche fisicamente.*

“Alessandro Borghese Kitchen Sound” con cui è attualmente in onda. Ci racconta qualcosa di questa nuova stagione?

*Siamo alla decima stagione ed è diventata una vera e propria **biblioteca gastronomica**: panificatori, pasticceri, cuochi, gelatieri... un mondo di sapori e mestieri. Il format funziona perché è leggero ma ricco di contenuti. Con la nostra **Food Media Factory**, la casa di produzione che ho fondato, promuoviamo **nuovi talenti** e diamo spunti divertenti e interessanti al pubblico: cucina vegana, vegetariana, tradizionale. Ogni puntata è un piccolo viaggio di pochi minuti in un piatto, **una grande enciclopedia di gusto**.*

Nuovi progetti? Cosa bolle in pentola?

Sto lavorando alla nuova stagione in tivù di 4 Ristoranti, poi c'è la preparazione del Capodanno nei due ristoranti e molte altre cose. Diciamo che non sto mai fermo un momento! Oltre alla cucina, porto avanti anche altre iniziative imprenditoriali e la mia passione per i cavalli, con una scuderia che curo personalmente. Tante cose collaterali, ma tutte guidate dallo stesso spirito: curiosità, entusiasmo e voglia di fare.