

# Regolamento Concorso 2022

## MORETTA&CO.cktails COMPETITION

### **1 SOGGETTO PROMOTORE E ORGANIZZATORE**

Omnia Comunicazione SRL (Via Einaudi 74, 61032 Bellocchi di Fano, PU) organizza il concorso **Moretta&CO.cktails Competition**, seconda edizione, all'interno della 20<sup>a</sup> edizione di Brodetto Fest, evento dedicato alla tradizione marinara locale e alla tipica zuppa di pesce che si svolgerà a Fano (PU) dal 9 al 11 settembre 2022.

L'iniziativa consiste in un concorso per Barman Professionisti. Il vincitore otterrà il titolo di Migliore Moretta Twist 2022, un premio in denaro di 500 € e attrezzatura tecnica. Verranno premiati con attrezzatura e prodotti anche il secondo e terzo classificato.

Tutti i partecipanti sono invitati a leggere attentamente il presente regolamento. Con la partecipazione all'iniziativa, i partecipanti dichiarano di aver compreso ed accettato tutte le clausole qui esposte.

### **2 FINALITÀ DELL'INIZIATIVA**

Lo scopo dell'iniziativa è diffondere la cultura della Moretta Fanese attraverso un concorso che mira a celebrare il talento dei barman e ad incentivare la loro crescita professionale e mediatica.

### **3 PERIODO**

Dal 27 giugno al 11 settembre 2022.

### **4 DESTINATARI**

Il concorso è rivolto ai professionisti del Canale Ho.Re.Ca di età superiore ai 18 anni (compiuti al momento dell'iscrizione).

### **5 PREMI**

1° Classificato – Premio in denaro di 500 € + attrezzatura + prodotto

2° Classificato – Attrezzatura + prodotto

3° Classificato – Attrezzatura + prodotto

Ogni partecipante riceverà un attestato di partecipazione

### **6 STRUTTURA DEL CONCORSO**

All'interno dell'evento Brodetto Fest (20<sup>a</sup> edizione) ha luogo il concorso nazionale "Moretta&CO.cktails Competition". Il concorso prevede la creazione di un "Moretta Twist", ovvero una variazione sul tema della classica Moretta Fanese. La tecnica d'esecuzione del cocktail è libera.

La ricetta presentata potrà essere inedita ed originale o potrà essere una rivisitazione di un cocktail esistente, unico vincolo l'utilizzo di caffè (o i suoi derivati) e di uno a scelta dei tre distillati alla base della Moretta: Anice, Rum, Brandy.

Quindi: CAFFÈ + ANICE/RUM/BRANDY (a scelta).

Il concorrente potrà iscriversi gratuitamente al concorso inviando la sua personale ricetta, corredata da foto, per la selezione della prima fase.

I primi 20 classificati saranno ammessi alla fase finale che si svolgerà in data 10 e 11 settembre a Fano (PU) in due momenti: semifinale e finale.

**SEMIFINALE.** La semifinale prevede la preparazione del Moretta Twist presentato in fase di iscrizione, in n° 3 porzioni uguali da presentare alla Giuria Gustativa, composta da 3 Giudici.

La Gara partirà quando la giuria pronuncerà "3,2,1, via!"

Il tempo di preparazione è di 8 minuti. Allo scadere del tempo il concorrente non sarà eliminato dalla gara ma sarà penalizzato. La giuria avviserà il Barman dello scadere del tempo – ogni 10 secondi allo scoccare dei 7 minuti e 30 secondi, ogni secondo allo scoccare dei 7 minuti e 55 secondi.

**FINALE.** La Finale prevede due momenti: Cocktail Brodetto e Moretta Twist

**COCKTAIL BRODETTO** - La preparazione di un cocktail in n° 3 porzioni uguali da presentare alla Giuria e da costruire con ingredienti a sorpresa scelti dall'organizzazione. Il cocktail dovrà abbinarsi al meglio ad un piatto di Brodetto, la tradizionale zuppa di pesce a cui il festival è dedicato. Per info sul Brodetto si rimanda all'appendice A.

**MORETTA TWIST** – La preparazione del Moretta Twist presentato in fase di iscrizione, in n° 3 porzioni uguali da presentare alla Giuria (si veda punto Semifinale).

Domenica 11 settembre alle ore 13.00 (al termine delle Master Class tenute dai giudici) verranno comunicati i nomi dei tre finalisti e sarà loro svelata la rosa di ingredienti, dalla quale sceglierne massimo 7, per il Cocktail Brodetto.

Entro le ore 15.30 i finalisti dovranno presentarsi presso lo spazio Meet Moretta e consegnare la scheda con gli ingredienti scelti.

I finalisti dovranno presentarsi 1 ora prima della finale per testare il cocktail in office.

I concorrenti si esibiranno tutti e tre prima nel Cocktail Brodetto e poi nel Moretta Twist.

Ci si esibisce sempre uno alla volta.

L'ordine di uscita della semifinale e della finale avverrà tramite sorteggio.

Ogni concorrente sarà giudicato singolarmente.

## **7 TEMPO DI GARA SEMIFINALE E FINALE**

Semifinale: 8 minuti totali

Finale: 10 minuti per Cocktail Brodetto; 8 minuti per Moretta Twist

## **8 GIURIA**

Ci saranno due Giurie: Giuria Tecnica e Giuria Popolare.

La Giuria Tecnica è composta da 3 giudici: Giovanni Ceccarelli, Flavio Angiolillo e Luca Cinalli (la giuria potrebbe variare). La Giuria Tecnica valuterà le ricette pervenute in fase di iscrizione per selezionare i 20 finalisti e valuterà i cocktail delle fasi di semifinale e finale live a Fano.

La Giuria Popolare voterà via web (sul sito [www.brodettofest.it](http://www.brodettofest.it)) le 20 ricette selezionate dai giudici al fine di conferire un bonus per la fase finale. Per info: si veda la sezione Criteri di Valutazione.

## **9 FASI DEL CONCORSO**

Fase 1: registrazione ricette partecipanti, 27 giugno – 22 luglio 2022

L'apertura delle iscrizioni è il **27 giugno alle ore 12.00**.

Le ricette dovranno essere inviate entro e non oltre il **22 luglio ore 23.59**.

Le ricette ricevute oltre la scadenza non verranno prese in considerazione.

Fase 2: comunicazione finalisti, 1 agosto 2022

Il **1 agosto** verranno comunicati via mail i 20 concorrenti selezionati per la Fase Finale.

I concorrenti selezionati dovranno comunicare la conferma di partecipazione alla fase finale rispondendo affermativamente alla mail.

Se uno dei 20 finalisti rinunciasse alla partecipazione alla fase finale si procederà al ripescaggio in ordine di classifica dal ventunesimo in poi.

Fase 3: votazione online, 5 agosto – 5 settembre 2022

Una volta decretati i 20 finalisti le ricette verranno caricate sul sito [www.brodettofest.it](http://www.brodettofest.it), sezione Moretta&Co, per il voto della giuria popolare.

La ricetta che, entro le ore 23.59 del 5 settembre, avrà ricevuto più voti avrà diritto ad un Bonus di 5 punti per la Semifinale di Fano (PU).

Fase 4: semifinale e finale, 10 e 11 settembre 2022

Semifinale: il **10 settembre** i 20 semifinalisti si esibiranno all'interno di BrodettoFest nella preparazione live della propria versione di Moretta Twist, la stessa proposta in sede di iscrizione. La Giuria selezionerà i 3 finalisti.

Finale: Il **11 settembre** i 3 finalisti si esibiranno nella preparazione di un secondo cocktail con ingredienti a sorpresa scelti dall'organizzazione e nella propria versione di Moretta Twist, la stessa proposta in sede di iscrizione. La Giuria decreterà primo, secondo e terzo posto.

## **10 MODALITA' D'ISCRIZIONE**

Le iscrizioni saranno aperte **dal 27 giugno (ore 12.00) al 22 luglio (ore 23.59) 2022**.

Le ricette ricevute oltre la scadenza non verranno prese in considerazione.

È ammessa una sola candidatura per persona.

Ci si può iscrivere dal sito [www.brodettofest.it](http://www.brodettofest.it), sezione Moretta&Co, compilando l'apposito form con: dati personali richiesti, autorizzazione al trattamento degli stessi, caricamento della propria ricetta rispettando i requisiti tecnici indicati.

È necessario allegare una fotografia, una breve descrizione del proprio cocktail e delle motivazioni che l'hanno ispirato.

## **11 PRODOTTI E INGREDIENTI**

Gli ingredienti obbligatori sono: Caffè (o i suoi derivati, si veda appendice D) e uno a scelta dei tre distillati alla base della Moretta: Anice, Rum, Brandy.

Questi due ingredienti devono essere obbligatoriamente utilizzati nel cocktail presentato in fase di iscrizione e vanno utilizzati i marchi partner della competizione: Must Espresso Italiano (si veda appendice D) e Rum El Dorado.

La scelta sul resto degli ingredienti che comporranno il cocktail è libera, ma per alcune tipologie di prodotto, l'organizzazione richiede l'utilizzo di marchi specifici (partner della competizione). Si rimanda all'appendice C per i dettagli.

I prodotti devono essere reperiti dal concorrente per la fase di iscrizione e portati, sempre dal concorrente, per la fase finale a Fano. Dovranno essere in confezione integra al momento della preparazione del cocktail.

I prodotti partner, invece, vanno reperiti dal concorrente nella fase di iscrizione (nella appendice C i riferimenti per ordinarli direttamente dalle aziende/distributori), mentre saranno forniti dall'organizzazione per la fase finale a Fano.

Potranno essere utilizzati prodotti home made solo se etichettati con la dichiarazione degli ingredienti e la data di produzione. Non sono considerati prodotti home made spremute ed estratti, a meno che non siano lavorati con altri ingredienti.

Per quanto riguarda il ghiaccio, l'organizzazione mette a disposizione un'azienda specializzata che, una volta contattata potrà soddisfare le esigenze tecniche per il cocktail da presentare nella fase finale a Fano (si veda appendice C).

Il cocktail dovrà contenere massimo 7 prodotti comprese le gocce il contenuto potrà variare da 7 a 30 cl. La crusta sul bicchiere è considerata ingrediente.

Sono ammessi ingredienti derivati dal latte, gelati, sorbetti, spezie allo stato naturale, miele aromatizzato, comunque reperiti dai concorrenti.

Non sono ammessi abbinamenti gastronomici (finger food o side edibili).

Tutti i prodotti reperiti dal concorrente dovranno essere in commercio in Italia al momento della competizione.

Le decorazioni non sono considerate ingredienti e dovranno comunque essere tutte commestibili.

I succhi e i centrifugati dovranno essere preparati esclusivamente nell'office.

Non sono ammesse variazioni tra la ricetta presentata in sede di iscrizione e la ricetta preparata nella fase finale.

## **12 ATTREZZATURE**

Ogni concorrente dovrà avere la propria attrezzatura e i propri bicchieri per la realizzazione del cocktail.

In office saranno messi a disposizione: spremiagrumi, brocchette, vassoi, taglieri, coltelli, vasca e paletta ghiaccio, assortimento di bicchieri standard.

La postazione utilizzata dal concorrente in office dovrà essere lasciata pulita.

Il concorrente dovrà comunque provvedere alla propria attrezzatura di lavoro, sia relativa all'area office che alla postazione gara.

Per esigenze di attrezzatura e bicchieri, l'organizzazione mette a disposizione un'azienda specializzata che, una volta contattata potrà soddisfare le esigenze tecniche per il cocktail da presentare nella fase finale a Fano (si veda appendice C).

## **13 CRITERI DI VALUTAZIONE**

PRIMA FASE – valutazione ricette pervenute

- COERENZA CON LA RICETTA ORIGINALE - 10 punti
- BILANCIAMENTO DEGLI INGREDIENTI - 10 punti
- PRESENTAZIONE/ESTETICA DEL COCKTAIL (foto) - 10 punti

SECONDA FASE – giuria popolare.

Una volta decretati i 20 finalisti le ricette verranno caricate sul sito [www.brodettofest.it](http://www.brodettofest.it), sezione Moretta&Co, per il voto della giuria popolare.

La ricetta che avrà ricevuto più voti avrà diritto ad un Bonus di 5 punti per la Semifinale di Fano (PU).

Periodo di votazione online: 5 agosto – 5 settembre 2022.

TERZA FASE – semifinale e finale live a Fano

- GIURIA GUSTATIVA: 50 punti

Aspetto, Aroma, Gusto e Personalità del cocktail.

- CREATIVITA' E COMUNICAZIONE: 30 punti

Creatività, Originalità e Personalità del concorrente, Capacità di interazione, Presentazione.

- GIUDIZIO TECNICO: 20 punti

Tecnica e Stile di esecuzione della performance complessiva

- BONUS GIURIA POPOLARE: 5 punti

Saranno valutati errori tecnico-professionali come il corretto utilizzo degli strumenti, la pulizia dell'esecuzione e il corretto dosaggio delle quantità.

PENALITÀ: 5 punti ogni 30 secondi oltre il tempo limite.

Qualora si verificasse una situazione di parità nel totale dei punteggi, varrà la valutazione gustativa più alta. In caso di ulteriore parità varrà la valutazione tecnica più alta, in ulteriore parità si farà una prova di spareggio.

## **14 PROGRAMMA**

Per i dettagli sugli orari e sul programma aggiornati si rimanda sito [www.brodettofest.it](http://www.brodettofest.it), sezione Moretta&Co.

## 15 MATERIALI PUBBLICATI

I contenuti inviati non dovranno contenere immagini che siano ritenute offensive o contrarie alla morale pubblica (volgari, scene violente, attività illegali, discriminanti della religione o della razza ecc.) che violino in alcun modo i diritti di terzi presentando contenuti diffamatori, invadendo la privacy o violando eventuali copyright. Gli organizzatori si riservano il diritto di moderare, respingere o squalificare qualsiasi partecipazione che, secondo la sua discrezione, ritenga essere indecente, offensiva, inappropriata o che sia contraria allo spirito della presente iniziativa, o che possa potenzialmente essere dannosa per gli Organizzatori, l'iniziativa o l'immagine o la reputazione di terzi.

Partecipando all'iniziativa, ciascun partecipante dichiara e conferma:

- a.** che i contributi (materiali/foto/ricette) inviati siano originali e che gli stessi non violano diritti d'autore e/o diritti connessi e/o diritti di marchio/ segreti industriali/ diritti di immagine o ogni altro diritto di sfruttamento commerciale e/o industriale e intellettuale di qualsiasi persona fisica o giuridica;
- b.** che terrà l'organizzazione, nonché i suoi aventi causa, pienamente manlevata ed indenne da ogni e qualsiasi conseguenza pregiudizievole, costo, danno possa alla stessa derivare in conseguenza della violazione della presente dichiarazione e garanzia. In particolare, il partecipante difenderà e terrà completamente indenne il promotore dai danni (inclusi i costi) che quest'ultimo sia chiamato a pagare a terzi a seguito di un'azione o di una diffida fondata sul fatto che il semplice possesso o l'uso del contenuto da parte del promotore, violi o abbia violato il diritto d'autore, il diritto sul un marchio registrato, il diritto di brevetto, di know-how, i diritti di invenzione, di immagine ed ogni altro diritto esclusivo di terzi; o contrari alla morale pubblica (volgarità, scene violente, attività illegali, ecc).

I materiali potranno essere inviati esclusivamente per via elettronica (attraverso l'apposito form sul sito [brodettofest.it](http://brodettofest.it)). Eventuali materiali inviati con altri mezzi non potranno essere presi in considerazione.

Le immagini e le ricette inviate, così come i nomi e le immagini dei partecipanti, e le riprese foto/video realizzate durante le trasmissioni tv e/o video che raffigurino i partecipanti e le loro ricette potranno essere utilizzate a discrezione degli Organizzatori e da tutte le società ad esse collegate direttamente e/o indirettamente per promuovere l'iniziativa e qualsiasi prodotto commerciale o servizio offerto dagli Organizzatori e connesso con l'iniziativa stessa, attraverso qualsiasi mezzo di distribuzione e per un periodo illimitato di tempo, senza che gli Organizzatori e tutte le società ad esse collegate direttamente e/o indirettamente debbano riconoscere alcuna remunerazione ai partecipanti e senza l'obbligo di citare la fonte e senza l'obbligo di comunicarne l'utilizzo.

Con l'invio del/i proprio/i contenuto/i i partecipanti rinunciano a qualsiasi diritto sullo/gli stesso/i, (diritto che sarà riconosciuto agli Organizzatori e a tutte le società ad esse collegate direttamente e/o indirettamente), e non potranno avanzare richieste economiche per l'eventuale futuro utilizzo. I contenuti dovranno essere liberi da copyright e non saranno restituiti.

## 16 CLAUSOLE GENERALI

Il presente documento comprende tutte le informazioni necessarie per la partecipazione all'iniziativa. Prendendo parte all'iniziativa i partecipanti accettano tutte le clausole qui indicate.

La partecipazione e la vincita dei titoli non sono cedibili.

Ogni decisione dell'organizzatore relativamente a qualsiasi aspetto della promozione dovrà essere considerato definitivo ed irrevocabile.

Gli Organizzatori e tutte le società ad esse collegate direttamente e/o indirettamente non potranno essere responsabili per eventuale ritardi o impossibilità di adempiere ai propri obblighi a seguito di qualsiasi interferenza, atto o omissione, evento o circostanza che vada oltre al suo ragionevole controllo (ad esempio a causa di guerra, terrorismo, stato di emergenza, pandemie, epidemie o disastro – incluso disastro naturale – virus informatici, bugs, manomissioni, interventi non autorizzati, problematiche tecniche o qualsiasi cosa che possa inficiare l'amministrazione, la sicurezza, la correttezza, l'integrità o il regolare svolgimento dell'iniziativa). Inoltre gli Organizzatori si riservano il diritto a sua discrezione, secondo quanto concesso dalla legge di (a) squalificare qualsiasi partecipante responsabile di interferenza e/o (b) previo consenso delle autorità competenti, modificare, sospendere, protrarre la durata o annullare la presente iniziativa.

## 17 AUTORIZZAZIONE AL TRATTAMENTO DEI DATI

I dati raccolti e registrati dall'Organizzatore saranno utilizzati in modo lecito e secondo correttezza, in osservanza di quanto stabilito dal Regolamento (UE) 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche, con riguardo al trattamento dei dati personali nonché alla loro libera circolazione ("GDPR") e secondo le modalità descritte dai termini di utilizzo dei dati personali che l'utente accetta nell'atto di registrazione/votazione e ai quale si rinvia.

I dati forniti verranno utilizzati per finalità connesse e strumentali all'iniziativa e per attività informative/promozionali/commerciali successive al contest, promosse dall'Organizzatore e da soggetti terzi (i partner del Concorso). Il conferimento dei dati (nome, cognome, indirizzo e-mail) è necessario al fine di poter iscriversi.

Il soggetto cui si riferiscono i dati personali gode dei diritti di cui alla sezione 2, 3 e 4 del capo III del Regolamento (UE) 2016/679.

In particolare ha il diritto di chiedere al titolare del trattamento: l'accesso ai dati personali e la rettifica, la cancellazione degli stessi, la limitazione del trattamento che li riguardano, l'opposizione al loro trattamento e alla portabilità dei dati. Inoltre ha diritto di proporre reclamo a un'autorità di controllo.

## 18 SPECIFICHE

La partecipazione al concorso è totalmente gratuita e non comporta l'acquisto di beni o servizi.

## 19 AUTORIZZAZIONE MINISTERIALE

Ai sensi del D.P.R. n.430 del 26.10.2001, art.6, il concorso non è soggetto ad autorizzazione ministeriale. Si specifica infatti che la presente attività è da intendersi esclusa dall'ambito di applicazione della disciplina sulle manifestazioni a premio in base al disposto della lettera a) comma 1 art. 6 del D.P.R. n.430/2001, in quanto il "premio" consiste esclusivamente nell'attribuzione di un "titolo" e rappresenta il riconoscimento del merito personale e della professionalità dimostrata dal vincitore.

## 20 ACCETTAZIONE

La partecipazione al concorso comporta l'accettazione integrale di tutte le disposizioni del presente regolamento oltre che di tutte le regole di deontologia vigenti su internet.

---

### Appendice A: IL BRODETTO – Ricetta

#### Ingredienti:

2 kg di pesce pulito (mazzole, rana pescatrice, gattuccio, tracina, razza, boccaincava, pesce san pietro, canocchie, seppie, scorfano)  
0,25l di olio extravergine d'oliva  
6 cucchiaini di aceto di vino  
2 bicchieri di acqua  
1 tubetto di concentrato di pomodoro  
1/4 di cipolla  
1 spicchio d'aglio

**Preparazione:** Eviscerare e pulire il pesce. In una casseruola bassa e larga (circa cm 40 di diametro) soffriggere, in olio extravergine d'oliva, la cipolla e l'aglio tritati. Diluire il concentrato di pomodoro in acqua e aceto e aggiungerlo al soffritto.

Appena ripreso il bollore, aggiungere le seppie e poi gli altri pesci, eccetto le canocchie, in sequenza iniziando da quelli più grossi, salare, pepare e far cuocere per 20-25 minuti.

Gli ultimi 5 minuti aggiungere le canocchie e servire ben caldo.

Servire con delle fette di pane abbrustolito.

### Appendice B: MORETTA - Ricetta

**Ingredienti:** Caffè, Zucchero, Scorza di limone, Anice, Brandy, Rum

**Preparazione:** Mettere due cucchiaini di zucchero in un bicchiere duralex tipo osteria (indicativamente da 130 ml), aggiungere 10 ml di Anice, 10 ml di Rum e 10 ml di Brandy (le quantità variano in base alle ricette locali) e una scorza di limone, scaldare il contenuto con il vapore fino a far sciogliere lo zucchero, aggiungere un caffè espresso facendolo scivolare sul lato del bicchiere per preservare i tre strati della moretta: liquore, caffè, schiuma.

**Storia:** La Moretta fanese è un caffè corretto originario della città di Fano (PU) diffuso anche nelle zone e città limitrofe. È forte e dolce, e solitamente si beve come digestivo dopo i pasti o come energetico pomeridiano. La correzione è una miscela alcolica a base di liquore all'anice, rum e brandy, variabili a seconda delle ricette personali, ma generalmente usati in parti uguali.

Secondo la tradizione la moretta ebbe origine tra i marinai e pescatori del porto di Fano, che prendevano bevande corrette e molto calde per scaldarsi e rinvigorirsi prima di "andare in mare". In passato la povertà portava a evitare gli sprechi, perciò i rimasugli di liquori avanzati venivano raccolti insieme: proprio da questi nacque in seguito la "moretta".

### Appendice C: INGREDIENTI/MARCHI D'OBBLIGO, ATTREZZATURE

#### Ingredienti d'obbligo

I seguenti ingredienti/marchi dovranno obbligatoriamente essere utilizzati:

#### 1. Caffè: Must Espresso Italiano

Per info e ordinazioni:

Simone Badei

[simone.badei@ultramarcascaffè.com](mailto:simone.badei@ultramarcascaffè.com)

328.3322880

#### 2. Rum: El Dorado 12 anni

Per info e ordinazioni: Compagnia dei Caraibi

[vorreidiventarecliente@compagniadecaraibi.com](mailto:vorreidiventarecliente@compagniadecaraibi.com)

<https://www.compagniadecaraibi.com/contatti>

### **Marchi d'obbligo**

In caso di scelta di utilizzo di questi ingredienti, i seguenti marchi dovranno obbligatoriamente essere utilizzati:

#### **1. Bitter:** Bitter Fusetti

Per info e ordinazioni: Enoteca Biagioli (Fano)

[www.biagiolivini.it](http://www.biagiolivini.it)

[giusti@biagiolivini.it](mailto:giusti@biagiolivini.it)

Tel: +39 329.768 4630

### **Ghiaccio/attrezzature**

#### **1. Ghiaccio:** Ghiaccino

Per info e ordinazioni:

Federico De Sena

[info@ghiaccino.it](mailto:info@ghiaccino.it)

333.6109876

#### **2. Attrezzatura, bicchieri:** Mepa Forniture Alberghiere

Per info e ordinazioni:

Sergio

[info@mepaforniturealberghiere.it](mailto:info@mepaforniturealberghiere.it)

0721.855524

### **Appendice D: VARIAZIONI DEL CAFFÈ**

Il caffè può essere usato estratto (espresso, caffè filtro nelle sue varie declinazioni, moka ecc.) oppure può essere utilizzato per realizzare sciroppi, infusioni in liquori/prodotti alcolici.

Per la realizzazione live del cocktail in semifinale e finale i partecipanti avranno a disposizione i prodotti del partner Must Espresso Italiano. Se si volessero ordinare i prodotti Must Espresso Italiano anche per la ricetta da preparare a casa (non obbligatorio), è possibile contattando l'azienda. I contatti sono presenti nell'appendice C - *ingredienti d'obbligo*.