

# Living

T U S C A N Y

anno V - numero 37  
ottobre 2011  
€ 5,00

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, DCB LUCCA

**Milo Manara**

Il sapiente trattenimento del desiderio

**Shopinn Brugnato 5Terre**

Marina Acconci illustra il progetto

**Silene**

Cucina, olio, arte

**Cesara  
Buonamici**  
a Lu.Be.C. 2011



# CESARA BUONAMICI

## *Semplicemente toscana*

di Sara Giunchi, foto Federico Scoppa

**D**a TeleLibera Firenze a Retequattro, fino alla squadra del TG5 - di cui attualmente è vicedirettore - come conduttrice e inviata di politica interna ed estera. Alla guida del telegiornale delle 20 diviene presto uno dei volti più popolari della televisione: **Cesara Buonamici** incarna senza dubbio l'essenza della Toscana più genuina ed autentica.

**Signora Buonamici, quanta toscana è rimasta in lei e come la vive?**

La toscana che sento in me è molto forte, un legame ancestrale e profondo: sono nata in casa, come usava una volta, nella vecchia proprietà di famiglia circondata dalla meravigliosa campagna di Fiesole, paesaggio unico di cui noi toscani dobbiamo essere orgogliosi e grati a chi lo ha conservato negli anni. Mi ha sempre colpito una cosa, dell'essere toscani: ovunque sono andata nel mondo, per il solo fatto di essere fiorentina, toscana, ho sempre ricevuto almeno un sorriso, ho potuto sperimentare di persona che c'è un amore straordinario per la Toscana in tutto il mondo, cosa di cui forse i toscani non sono pienamente consapevoli. Detto questo, che è una cosa che fa innegabilmente molto piacere scoprire nel corso delle esperienze della vita, io mi rendo conto, ogni anno che

passa sempre di più, di quanto io sia permeata da questo modo di essere, che poi forse in sostanza è un atteggiamento estremamente semplice, diretto, un approccio sincero, senza troppi fronzoli. Questa stessa semplicità si traduce a tavola nella tradizionale cucina toscana, esempio assolutamente calzante di essenzialità e genuinità: una cucina che può vantare ricette semplici ma con eccellenti materie prime, altissima qualità dei prodotti. Un piccolo ma grandissimo segreto che ha grandi benefici anche in termini di stile di vita, per il mantenimento di un buono stato di salute.

**Questa semplicità toscana si traduce anche nel suo modo lineare e pulito di fare informazione, mai sopra le righe.**

Mi sono sempre considerata molto fortunata perché ho avuto il privilegio di poter fare il mestiere che desideravo. Quando faccio informazione penso prima di tutto







televisivo, e ad oggi siamo in tantissime, anche se poche ricoprono incarichi rilevanti o posizioni direttive. La buona informazione non fa discriminazione di genere, ci sono semplicemente persone più o meno portate a fare questo mestiere.

**La sua famiglia si distingue inoltre per una spiccata attitudine imprenditoriale di conservazione della toscana.**

Insieme a mio fratello mi occupo di coltivazione biologica con l'azienda di famiglia. Spesso si pensa erroneamente che il biologico sia un passo indietro verso il passato, mentre invece implica un grande sforzo in termini di investimento in ricerca e macchinari. Sia io che mio fratello crediamo molto nella conservazione delle risorse non rinnovabili: in questo modo produciamo prodotti genuini salvaguardando l'ambiente e la salute.

Nella foto in basso, Cesara Buonamici con il marito Joshua Kalman e il loro cane, nel parco della Versiliana.

ai miei cari, alle persone a casa, e cerco di essere il più chiara possibile. Nel giornalismo come nella vita vale lo stesso concetto: un vero professionista sa che non deve fare di sé stesso lo spettacolo, perché ciò che conta è solo la notizia. È innegabile che l'educazione che ho ricevuto, proprio qui in Toscana, mi ha formata ad una naturale sobrietà, sono cresciuta secondo un criterio di semplicità lontano da qualsiasi forma di esibizionismo. Quella stessa semplicità che in Toscana è linea guida del paesaggio, dell'eleganza, dell'architettura, nella cucina. Sì, eleganza e semplicità sono senza dubbio i tratti che distinguono la Toscana nel mondo.

**Essere donna nel mondo dell'informazione: una garanzia di maggiore sensibilità nel veicolare la notizia o un ostacolo?** Quando sono approdata alla televisione c'erano già molte donne che si occupavano di giornalismo





# AZIENDA AGRICOLA BUONAMICI

## Biologico per passione



L'Azienda Agricola Buonamici è nata nel 1991 dai fratelli Buonamici per portare avanti una tradizione familiare consolidata nella produzione di Olio Extravergine di Oliva di qualità. L'azienda si trova sulle bellissime colline di Fiesole con vista panoramica su Firenze dove gli olivi vengono coltivati da secoli. La fattoria è gestita secondo i principi dell'agricoltura biologica certificata, senza l'uso di insetticidi, erbicidi o altre sostanze chimiche di sintesi né organismi geneticamente modificati.

Cesare Buonamici, è un uomo con il senso per la terra e una grande passione per l'agricoltura biologica e per i suoi prodotti: Cesare è da tempo convinto che il metodo di produzione biologico possa aiutare a proteggere sia la nostra salute sia l'ambiente in cui viviamo e anche a preservare le preziose risorse non rinnovabili, ovvero terra, aria e acqua. I principali rivenditori dei prodotti dell'Azienda sono grandi società italiane della distribuzione organizzata.

**Olio Extravergine di Oliva**  
L'Olio Extravergine di Oliva Buonamici Biologico è prodotto con estrema cura, utilizzando le tecnologie più innovative e attuali: le olive sono raccolte prima della loro completa maturazione e spremute a freddo entro 24 ore. Il processo di estrazione molto curato garantisce all'olio Extravergine Buonamici Bio una bassissima acidità e mantiene intatti i profumi di erba fresca e i sentori di erbe aromatiche presenti nelle

olive che conferiscono all'olio il suo eccezionale e indimenticabile sapore. Anni di ricerche hanno permesso all'Azienda Agricola Buonamici di raggiungere il suo obiettivo principale: trasferire la ricchezza dei biofenoli presenti nelle olive in olio, ottenendo così un prodotto non solo dal gusto delizioso, ma anche benefico per la salute. La cura profusa nella produzione delle olive insieme alla trasformazione high-tech che si svolge in frantoio, hanno permes-



so agli oli dell'azienda di ricevere numerosi riconoscimenti per la qualità, sia nazionali che internazionali.

### Sughi pronti e zuppe

Forte della sua esperienza nel settore biologico e seguendo l'evoluzione e la crescita di questo mercato, l'azienda ha deciso di produrre oltre all'olio extra vergine di oliva una serie di prodotti biologici quali zuppe e minestre, salse e sughi pronti all'uso come la Polpa di Pomodoro, il Sugo al Basilico, l'Arrabbiata, Sugo Bolognese, Sugo Saperi dell'Orto, Zuppa di Legumi, Zuppa di Cipolle, Zuppa di Verdure e Vellutata di Pomodoro. Tutti prodotti dall'Azienda Buonamici secondo le sue ricette esclusive, frutto della migliore tradizione italiana e in stretta conformità con i requisiti biologici. Il know-how aziendale insieme con la qualità delle materie prime, italiane e rigorosamente selezionate, ha consentito di ottenere un prodotto di alta qualità.

### Cosmetici

L'olio di oliva è stato utilizzato fin dall'antichità per la sua azione lenitiva, idratante e cicatrizzante, nonché per la ricchezza di antiossidanti e di sostanze anti-radicali



liberi in esso contenute che aiutano a combattere l'invecchiamento delle cellule. Un antico papiro racconta di come gli Egizi usavano l'olio d'oliva contro le rughe, i Greci ed i Romani hanno anche fatto largo uso dell'olio d'oliva per la cura del corpo. Dall'olio d'oliva biologico nasce "Oliveti Buonamici", una gamma completa di prodotti cosmetici per la detersione e la cura dei capelli e del corpo. La linea cosmetica "Oliveti Buonamici" comprende una gamma di creme viso e corpo progettata per contribuire a combattere i segni del tempo e per mantenere la pelle

giovane e fresca. Lo Scrub arricchito con noccioli di oliva frantumati è perfetto per ringiovanire la pelle, rendendola liscia e luminosa, mentre l'innovativa gamma di Oli per il viso il corpo ed il bagno è in grado di alleviare e di combattere i segni del tempo, essendo inoltre facili da usare perché vengono assorbiti rapidamente lasciando un gradevole profumo. L'olio viso è l'ideale per l'utilizzo quotidiano sulle zone del viso e del collo più soggette alle rughe, mentre l'olio per il



corpo è un idratante per pelli delicate, oltre ad essere eccellente per il massaggio. L'Olio da bagno, grazie alla sua azione emolliente efficace, è particolarmente adatto per l'uso dopo sole. I prodotti di detersione come sapone e gel doccia sono realizzati con grande cura e sono adatti anche per la pelle delicata dei bambini, mentre lo shampoo e balsamo donano brillantezza e forza ai capelli colorati e danneggiati. I cosmetici "Oliveti Buonamici" sono il frutto dell'unione di antica sapienza con le più moderne tecniche di ricerca cosmetica. Realizzati con ingredienti di origine naturale, sono l'ideale per coloro che desiderano proteggere il proprio benessere e quello dell'ambiente.



Azienda Agricola Buonamici srl  
Via Montebeni, 11 - Fiesole (FI)  
tel. +39 055 654991  
fax +39 055 65499216  
info@buonamici.it