

Corrado Parisi e Benso: fra menù a tempo e intrecci culinari le mille anime di uno chef giramondo

3 Giugno 2026

di **Giuseppe De Biasi**



BOLOGNA – **Corrado Parisi** è uno chef vulcanico e dalle mille sfumature culinarie, proprio come la sua natia Sicilia. Da quando, poco meno di tre anni fa, ha accettato la coraggiosa scommessa imprenditoriale di **Iside, Luigi e Francesco Morabito**, di dare nuova vita dopo un lungo periodo di oblio ad uno storico locale bolognese come Benso, Corrado Parisi non smette di sfornare (è il caso di dire) nuove proposte culinarie, sintesi delle sue eterogenee esperienze e instancabile curiosità.

Non solo nella fucina del fine-dining di pesce del locale in Vicolo San Giobbe ma anche negli altri due gioiellini della famiglia Morabito, situati sempre nel cuore del centro storico cittadino

e con un taglio più orientato alla succulenta tradizione felsinea, il Roberto Bistrot e la Trattoria Corte Galluzzi.

Ragusano di Ispica, 47 anni, cresciuto in Germania nel ristorante siciliano del padre, Corrado Parisi ha studiato in Belgio Ingegneria Alimentare e successivamente si è perfezionato sia sull'apporto nutrizionale che molecolare degli alimenti, consolidando una visione a 360° sui processi che regolano tutti passaggi che dalla materia portano alla preparazione di un piatto in menù.

Chef giramondo, dopo numerose esperienze all'estero rientra in Sicilia prima per aprire il suo ristorante ad Ispica e poi per riattraversare lo stretto e approdare stabilmente (almeno per ora) in Emilia Romagna, prima al Makorè di Ferrara, poi "Al Pappagallo" di Bologna e infine all'attuale ruolo di chef-resident del Ristorante Benso, sempre nel capoluogo emiliano.

Ristorante Benso: dove il "fine dining" non dimentica la veracità dello "street food" grazie alla creatività dello chef ragusano Corrado Parisi

Chef Parisi, ci dice come è andata l'idea del nuovo menù pranzo di Benso che tiene conto del bene, al giorno d'oggi forse più ambito, ovvero il tempo. Ci illustra come funziona e qual è stata la scintilla creativa?

Se dovessi riassumere la mia idea in una sola frase ti direi: pranzare con qualità e ad un costo contenuto, avendo poco tempo a disposizione. L'idea mi è venuta dall'osservare le persone che a pranzo hanno sempre più fretta e magari ripiegano su una pizzecca, un panino, uno yogurt, comunque su qualcosa di veloce. All'eventuale proposta del perché non possono prendere in considerazione un ristorante di fine-dining la loro risposta magari sarebbe: "perderei tanto tempo e spenderei molto". Noi invece a Benso abbiamo provato a rispondere a queste esigenze con una formula semplice e chiara che si ispira a quello che faremmo a casa nostra ma con qualcun altro ai fornelli che prepara per noi. Il funzionamento è semplice: se hai mezz'ora a disposizione si può scegliere un piatto spendendo 14 euro, con 45 minuti optare per un antipasto e un primo o un secondo a 18 euro mentre se la pausa pranzo si attesta su un'ora si può scegliere un antipasto, un primo e un secondo, il tutto a 24 euro. Se poi si ha il tempo o la voglia di concedersi una ulteriore coccola la nostra carta dei dessert è a disposizione dei più golosi. Il menù prevede tre opzioni per tipologia di portata e cambia tutti i giorni, a seconda della reperibilità stagionale delle materie prime. Come sai bene io sono

particolarmente attento all'equilibrato apporto nutrizionale e nei piatti proposti tengo presente la necessità calorica ma anche la facile digeribilità per clienti che debbono rientrare al luogo di lavoro. Nella definizione del menù, pertanto, tengo conto del bilanciamento nutritivo e del fabbisogno calorico giornaliero, quindi di quelle 700-800 calorie necessarie per arrivare a sera senza quel buco nello stomaco che ci fa saccheggiare il frigorifero al rientro a casa. Il messaggio che voglio lanciare è che si può mangiar bene, in un lasso di tempo ridotto, con qualità e equilibrio nutrizionale, per di più facendolo comodamente seduti a tavola, senza accontentarsi di cibo spazzatura, ingurgitato in piedi e frettolosamente nello spazio temporale della pausa-pranzo dal lavoro.

Come è riuscito a tenere prezzi così contenuti paragonabili a quello che si spende in un bar del centro per un panino, bibita e caffè?

Mi sono affidato a quello che farei se fossi a casa mia. Prodotti stagionali ed ingredienti semplici. Un buon esempio è il piatto di tagliolini, burro, acciughe e limone che trovi in menù oggi. Preparato con pasta fresca all'uovo fatta a mano da noi ogni giorno, pronta in pochi minuti e con ingredienti semplici e facilmente digeribili, per un apporto nutrizionale corretto. Questo risultato è frutto di un grande impegno quotidiano perché al mattino vado personalmente a fare la spesa al mercato e compro solo quello che mi convince di verdure, pesce, carne etc. L'atteggiamento è proprio quello di una cucina familiare e questo per me non è un vezzo ma una profonda convinzione e un rispetto per il cliente, proprio come un ospite a casa mia.



Tagliolini burro, acciughe e limone