

IL CASO

Dalla tavola al cinema la cucina vegana è diventata un fenomeno che divide

Il successo del film «Hungry Hearts» a Venezia riaccende il dibattito. Calabrese: dieta incompleta
Veronesi: è salutare, però attenti alle nevrosi

Ferrigo, Salemi e Tamburrino A PAGINA 18

A tavola “senza” Il trionfo dei vegani non è solo al cinema

Un fenomeno che fa discutere anche alla Mostra di Venezia

400
mila

È il «popolo» dei vegani italiani (il 10% dei vegetariani): si tratta di una cifra in costante aumento

ROSELINA SALEMI
MILANO

Imuffin? Senza lattosio. I pasticcini? Senza glutine. La maionese? Senza uova, con olio di mandorla e curcuma. Il cacao? Senza zucchero ma con nettare di fiori di cocco. Il «senza» suggerisce privazione. In realtà il mondo vegano è fantasioso e creativo, oltre che etico e dietetico. Scelta di vita, moda, fase detox o colta ricerca per foodies, siamo di fronte a una filosofia che suscita attrazione e curiosità. Oltre 30mila sono andati al Vegan Fest all'interno del Sana 2014, Salone del Biologico e del Naturale a BolognaFiere (domani ultimo giorno) e qualcuno uscirà di sicuro convertito.

Tra gli stand c'è molto da assaggiare. Medaglioni di tofu, riso e alghe. Cotolette al seitan. Burger con spinaci e lupini, legumi proteici ap-

pena riscoperti. Olio di semi di canapa da usare crudo. Torrone alla lavanda. Formaggi vegetali a base di latte di mandorla. Sfogliatine di lenticchie, cracker ai bio-germogli di semi di lino, dolcetti leggeri come piume. E da bere? Linfa di betulla.

L'esempio delle «celebs» conta. La filiforme Natalie Portman, l'ex Uomo Ragno Tobey McGuire, Sir Paul McCartney, Prince sono ottimi testimonial. Thom Yorke dei Radiohead, vegetariano per caso (voleva far colpo su una ragazza), si è sentito meglio fisicamente ed è diventato vegano convinto. In Italia sono circa 400mila, il 10% dei cinque milioni di vegetariani, e in costante aumento, soprattutto donne, giovani e over 65.

Non è un caso che in due film presentati al Festival di Venezia venga fuori il tema vegan, pur declinato in maniera estrema, e con polemiche al seguito. In «Hungry Hearts» di Saverio Costanzo, Mina e Jude (Alba Rohrwacher e Adam Driver) entrano in collisione quando nasce il loro bambino. Convinta che il figlio sia speciale, la madre decide per lui un'alimentazione radicalmente vegana. Evita i cibi «velenosi», cioè quasi tutti, tranne avocado, semi di lino e poco altro: il piccolo rischia la denutrizione. Invece nell'horror comico di Joe Dante, «Burying The Ex», Evelyn, paladina dell'integralismo eco-friendly, impone tofu-tofu-tofu al mite fidanzato e, travolta da un autobus, torna sotto forma di

zombie nell'appartamento total green.

«Hungry Hearts» ha fatto arrabbiare vegani e vegetariani, ma non ce l'ha con loro. Intercetta una tendenza e fa emergere un aspetto ossessivo certo non co-

mune. A tanti, il «senza» ha migliorato la vita. Elisa Dal Forno, cuoca vegana crudista, testimonia come l'aver abbandonato la carne, il caffè e le tossine sia stata una svolta cruciale. Lo chef Emanuele Giorgione di Novessentia offre un servizio che permette a chiunque di provare piatti vegani per un giorno o una settimana. E' convinto che chi assaggerà la sua bavarese di zucchine alla menta e wasabi o il pane ai semi d'uva non tornerà indietro. Quando nel 1944 Elsie Shrigley e Donald Watson crearono la parola «vegan», prendendo le prime e ultime lettere del termine inglese «vegetarian», pensavano al rispetto degli animali, all'etica. Noi possiamo permetterci di pensare anche alla gola.

