



Grandi chef diventano guru del benessere

Per tre giorni a Venezia si cucinano piatti senza grassi, sale e zucchero

ROMA - Addio panna, prosciutto e piselli, oggi gli chef si fanno portavoce di quella tendenza salutistica che impronta sempre più il mangiare quotidiano e stanno molto attenti all'aspetto nutrizionale e salutare dei loro piatti. E mentre la "cucina del senza" (priva cioè di grassi, ma anche sale e zucchero) diventa star e sostanzia eventi come "Gusto in scena" dove da oggi e fino a martedì 18 tra i migliori chef e pasticceri si esibiranno a Venezia all'insegna della salubrità, i maestri dell'alta cucina indossano volentieri i panni di guru del be-

nessere. «Se ora gli italiani mangiano meglio - dice **Carlo Cracco**, la star di Masterchef - lo devono anche all'iniziativa di grandi cuochi che hanno saputo abbandonare la cucina annegata nel grasso e nel condimento. Le persone vanno guidate a capire i pericoli di un'alimentazione troppo ricca e a sceglierne una più essenziale, buona, leggera».

zione e studio costante sugli apporti nutrizionali che noi chef dobbiamo calibrare in ogni piatto». Un impegno fondato addirittura su basi scientifiche, in quanto, spiega Taglienti, «Da due anni al nostro ristorante abbiamo attivato una collaborazione con la Fondazione Umberto Veronesi proprio per studiare e rendere sempre più salubri i nostri piatti».

Venezia per tre giorni sarà palcoscenico dell'eno-gastronomia d'eccellenza, abbinando agli eventi di "Gusto in scena", che da tre anni sotto la regia di **Marcello Coroni-**

ni esalta la "cucina del senza", le cene light proposte in vari ristoranti e grandi alberghi e con due speciali degustazioni d'autore all'Hotel Danieli. «Noi chef - osserva **Alberto Fol**, chef del ristorante La Cusina al The Westin Europa & Regina che proporrà menu improntati alla sostenibilità e tipicità del territorio - possiamo fare la nostra parte per portare avanti una maggior sensibilità sui benefici della corretta alimentazione-, insegnando come sostituire alcuni ingredienti di cui spesso si abusa senza rinunciare al sapore».

Sul palco della Scuola Grande San Giovanni Evangelista ci sarà anche lo stellato **Luigi Taglienti**, del Ristorante Trussardi alla Scala, per il quale sono necessari «atten-

ni esalta la "cucina del senza", le cene light proposte in vari ristoranti e grandi alberghi e con due speciali degustazioni d'autore all'Hotel Danieli. «Noi chef - osserva **Alberto Fol**, chef del ristorante La Cusina al The Westin Europa & Regina che proporrà menu improntati alla sostenibilità e tipicità del territorio - possiamo fare la nostra parte per portare avanti una maggior sensibilità sui benefici della corretta alimentazione-, insegnando come sostituire alcuni ingredienti di cui spesso si abusa senza rinunciare al sapore».



Il cuoco Carlo Cracco durante la presentazione di un suo piatto (foto Ansa)

