

LS/BR

Alimentare: Cracco, noi chef guru del benessere, no ai grassi
Star a Venezia di 'Gusto in scena' che celebra 'cucina del senza'
(ANSA) - ROMA, 15 MAR - Addio panna, prosciutto e piselli,
oggi gli chef si fanno portavoce di quella tendenza salutistica
che impronta sempre piu' il mangiare quotidiano e indossano
volentieri i panni di 'guru del benessere'. "Se ora gli italiani
mangiano meglio - dice lo stellato Carlo Cracco, 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 piu' essenziale,
buona, leggera". Cracco sara' tra le star di 'Gusto in scena', la
manifestazione in programma alla Scuola Grande San Giovanni
Evangelista di Venezia da domani e fino a martedi' 18 che celebra
la 'cucina del senza', all'insegna di piatti privi di grassi,
sale e zucchero elaborati da grandi chef e pasticceri.

Anche per Luigi Taglienti del Ristorante Trussardi alla
Scala, altro chef stellato impegnato a 'Gusto in scena', sono
necessari "attenzione e studio costante sugli apporti
nutrizionali che noi chef dobbiamo calibrare in ogni piatto". Un
impegno fondato addirittura su basi scientifiche, in quanto "Da
due anni al nostro ristorante abbiamo attivato una
collaborazione con la Fondazione Umberto Veronesi proprio per
studiare e rendere sempre piu' salubri i nostri piatti".

Intanto per tre giorni Venezia si fa 'light', abbinando agli
eventi di 'Gusto in scena', le cene 'del senza' in vari
ristoranti e grandi alberghi. "Noi chef - osserva Alberto Fol,
chef executive del ristorante La Cucina al The Westin Europa &
Regina - possiamo fare la nostra parte per portare avanti una
maggior sensibilita' sui benefici della corretta alimentazione e
insegnando come sostituire alcuni ingredienti di cui spesso si
abusa senza peraltro rinunciare al sapore". (ANSA).

LS