



Partendo da sinistra.

La signora Silvia Ghiringhelli, cofondatrice del gruppo Celiachia della Svizzera Italiana, la signora Daria Martinelli, membro attivo dell'associazione e Gianluca Auddino, gerente del ristorante AnaCapri di Lugano.

Going gluten free was not a choice

L'esigenza di incontrare le signore anime attive dell' associazione Celiachia della Svizzera italiana, nasce dalla volontà di divulgare un messaggio importante che il Ristorante AnaCapri porta avanti da ormai 4 anni.

L'associazione nasce 40 anni fa, da una necessità sorta con la figlia della signora G., celiaca dalla nascita. All'epoca i prodotti presenti sul mercato si potevano contare sulle dita di una mano, e gli esercizi pubblici non erano pronti né informati per accogliere chi avesse questo disturbo.

Con gli anni, con l'impegno e la maggiore disponibilità di informazioni la celiachia è diventata più conosciuta ed il mangiare senza glutine quasi di moda.

Ottima cosa per la varietà dei prodotti che sono arrivati sul mercato, negativa invece per la percezione superficiale che si è creata nelle persone per un disturbo che invece va preso molto sul serio.

La celiachia non è uno stile di vita, non lo si sceglie e crea nelle persone che ne soffrono dei seri disturbi, anche gravi. Mangiare senza glutine per chi non soffre di celiachia non è corretto, non fa bene e non è indice di una dieta più sana. Molti studi lo dimostrano, fra questi troviamo anche quelli del Laboratorio Cantonale che sottolineano i rischi di una dieta con troppi zuccheri (e i prodotti senza glutine sono trattati con zuccheri) per chi non soffre di questo disturbo, soprattutto in età pediatrica.

Le vittime di questo trend sono le persone che soffrono veramente di questa patologia autoimmune e che spesso si trovano ad essere sottovalutati dai ristoratori rischiando di incorrere in serie problematiche.

Una cucina che serve piatti senza glutine deve seguire delle regole ben specifiche!

Questo lo sanno bene le persone del Gruppo Celiachia della Svizzera italiana (visitare il sito per avere tutte le informazioni: www.celiachia.ch) che hanno dato vita al progetto ristorazione.

IL PROGETTO RISTORAZIONE

Nasce dall'esigenza di creare una rete di esercizi pubblici informati sulla celiachia che possono offrire un servizio idoneo alle esigenze alimentari dei celiaci.

L'associazione si occupa di istruire il personale dell'esercizio pubblico direttamente in loco, con l'aiuto di una dietista specializzata e di un cuoco in dietetica.

L'obiettivo è di garantire una buona e sicura alimentazione fuori casa, perché la fiducia è importante e il celiaco ha diritto di sentirsi sicuro.

I ristoratori che aderiscono vengono iscritti in una lista

(https://www.celiachia.ch/images/ristoranti/ristoranti_con_certificato.pdf)

che viene pubblicato sul sito del Gruppo Celiachia e ricevono una vetrofaneria da esporre all'entrata.

IL RISTORANTE AnaCapri

è membro attivo da ormai 4 anni, uno dei pochi ristoranti attivi e sempre aggiornati in materia, con un'intera carta dedicata ai piatti senza glutine. Presto potrete trovare anche la pasta fresca ripiena, perché mangiare senza glutine non vuol dire senza gusto!

L'attenzione inizia già all'ora dell'aperitivo dove chi soffre di celiachia può trovare un angolo a lui dedicato e godersi in seguito una cena al ristorante.

IN CONCLUSIONE

Pochi ristoranti aderiscono a questa iniziativa perché richiede molto rigore e le analisi cantonali vengono fatte puntualmente ed in modo casuale. Per questo il valore di apparire su questa lista è molto alto ed è garanzia di amore verso i propri clienti.

Non esiste ancora una legge che obbliga i ristoratori ad essere informati sulla cucina senza glutine e questo provoca molta malinformazione che sfocia addirittura in indicazioni sbagliate fuori dai ristoranti.

Bisogna sicuramente premiare chi si informa e chi fa con serietà questo lavoro tutelando i propri clienti.