



Persa la prima puntata per improrogabili doveri familiari (cena dal nonno in assenza di sky) eccomi davanti alla tv in orario preciso, pronta per la seconda puntata della trasmissione.

Presentano subito un'attrice, Claudia Zanella, vegan, che non conosco e a dirla tutta non ho mai visto: ma certo che esistono sentimenti vegan tra gli artisti, non dubitavo! Una mia zia che lavora nel catering delle produzioni cinematografiche racconta spesso di come preparava personalmente i cestini vegetariani e vegan richiesti. Quando andiamo a trovarla prepara per tutti ogni ben di Dio: cibi ottimi, di provenienza "orto personale" (2000 metri di orto personale, semenzaio incluso) e per di più cotti nel forno a legna in cortile. E' una cuoca spaziale zia Carla di Mazzano Romano, bravissima zia! (e grazie).

Ma torniamo a noi, certo che la ragazza é proprio magrina e trovo le sue guance un po' scavate (i soliti canoni cinematografici); lo strumentino presentato per affettare le zucchine a forma di spaghetti mi é estraneo quanto lei che comunque trovo carina nei modi. Pare molto a suo agio davanti alla telecamera, a differenza di Paolo che all'angolo estremo del divano ascolta molto e parla poco, forse per via del famoso [proverbio popolare](#) .

Non avevo capito che sarebbero stati gli ospiti a cucinare! Pensavo avrebbero aiutato Paolo

nell'impresa, ma così é sicuramente più divertente.

La ricetta sembra buona ma sono in dubbio sulle zucchine crude che personalmente avrei buttato un minutino in acqua bollente, perché diventassero morbide, e difatti i giudici masticano a lungo prima di poter aprir bocca ed esprimere la loro. Meglio, ne guadagnerà la digestione. Il pesto coi pinoli, aglio e tofu rimane un'ottima idea e si sposa bene anche coi fagiolini verdi: provatelo nelle torte salate.

Belle le riprese delle Signore (somiglianti a zia Carla!) al lavoro nelle retrovie della Sagra del Seitan di Firenze, a cura di [Progetto Vivere Vegan](#) .

Belli i piatti curiosi e tradizionali come gli arrosticini abruzzesi fatti col seitan marinato. Lara e Paolo mangiano da far invidia: con tutto che la cena era appena terminata mi é ritornata fame. Perfidi!

Poco simpatico invece il Professore intervistato, che, comodamente seduto sul suo divano di pelle color amaranto, considerava l'essere vegetariani o vegani una moda: può darsi che i suoi studenti sfruttino l'onda momentanea per le loro tesi ma non é sempre così.

C'è una differenza di base tra chi sceglie di essere seriamente veg\* e chi invece é modaiolo: Lui la chiama "rispetto" ma ancor prima di essere rispetto é **Consapevolezza**. La consapevolezza di non voler infliggere sofferenza, mentre il continuare a mangiar carne é una specie di abitudine portata avanti senza tanto pensarci (parola di onnivoro, non mia). Poi é anche rispetto, certo, rispetto per chi é al mondo come noi, insieme a noi.

Nel complesso trasmissione gradevole: una piacevole oretta a contatto con personaggi e motivazioni diverse.

La gentilezza di Lara emergeva qua e là, così come la competenza di Paolo in materia. Ma questo già si sapeva.

v.b.

La prossima puntata: martedì prossimo, sempre 21,30, canale 411 Gambero Rosso di Sky.