Gluten free, un percorso a ostacoli

gluten-1-4c2b17fa

In Italia sono in media 85 mila le diagnosi di intolleranza al glutine emesse ogni anno. E ci sono circa 500 mila persone affette da celiachia, del tutto inconsapevoli di esserlo. Numeri a cui ne fa da contraltare un altro, ancora più significativo: nel nostro Paese, sono poco più di un migliaio le strutture di ristorazione che possono ospitare celiaci in sicurezza. Per un celiaco è complesso districarsi tra le “promesse” di bar e ristoranti, a cui spesso non è del tutto chiaro il significato di “gluten free”: si va bene al di là, infatti, del servire specialità prive del componente incriminato, certificate da enti specializzati dopo aver verificato l’integrità anche degli stabilimenti di produzione. Fondamentale è che nell’atto della trasformazione, in locali deputati a somministrare alimenti generici, non avvengano contaminazioni in grado di danneggiare fortemente il soggetto celiaco. È nato così il progetto Alimentazione Fuori Casa, fortemente voluto dall’Associazione Italiana Celiachia, con l’obiettivo di creare una catena di esercizi informati sul tema, in grado di fornire un servizio idoneo alle esigenze alimentari dei celiaci. Dedicato principalmente a bar e ristoranti, nel tempo è arrivato a ricomprendere anche fornitori di catering e sale ricevimenti, offrendo così una tutela completa. “Essere un esercizio aderente all’AFC significa avere partecipato a un corso su celiachia e dieta gluten-free organizzato dalle AIC Locali, dalle ASL o da enti che collaborano con AIC, seguire tutte le regole fornite da AIC per la preparazione e somministrazione degli alimenti gluten-free per evitare i rischi di contaminazione e naturalmente utilizzare solo ingredienti gluten-free”, spiegano i fondatori dell’AIC. Che hanno anche fissato una serie di partnership con nomi di primo piano del settore, tra cui spicca quello di Grom: “Abbracciare un target il più ampio possibile è fondamentale, ed è per questo che, sia nello store, sia sul nostro sito, aggiorniamo periodicamente le informazioni su intolleranze e alimenti compatibili. Per i celiaci, in particolare, abbiamo eliminato la farina di frumento dai gusti Crema di Grom e Tiramisù, e stiamo lavorando alla creazione di un cono con farina di mais, per liberarli dal vincolo di gustare solo il gelato in coppetta”, raccontano a Mixer dal dipartimento comunicazione.

Ma l’offerta È ancora limitata Nel migliaio di locali che servono specialità senza glutine, rientrano quelli specializzati, come i Mr. Free Pizza Point, pizzerie e ristoranti selezionati da Schär presenti sull’intero territorio italiano che offrono ai propri clienti primi, dessert e pizze senza glutine. Il servizio è garantito

e controllato dalla divisione Foodservice, un reparto del gruppo Dr. Schär appositamente creato per il canale gastronomico che mette a disposizione di questi locali uno speciale equipaggiamento per le cucine, ingredienti e prodotti senza glutine, fornendo inoltre la formazione necessaria ai gestori in modo tale che siano in grado di preparare in modo corretto e in sicurezza le pietanze senza glutine. A Milano ricordiamo la Glufree Bakery, una panetteria/caffetteria che serve pasticceria siciliana, pizze, focacce, arancini e diversi tipi di pane, croissants e specialità di stagione. A Roma, Maria Fermanelli, imprenditrice romana e la chef Jenny Moretti (proprietaria di un laboratorio specializzato in intolleranze al glutine) hanno recuperato un forno in disuso per trasformarlo in Pandalì, una fabbrica del pane dedicata ai celiaci. Ma per il resto, mediamente, in carta non si va al di là di un paio di piatti. Per quanto riguarda gli accorgimenti da adottare perchè si possa realmente parlare di offerta gluten free,è interessante l'esperienza della World Gluten Free Chef Academy: si tratta di un'associazione senza scopo di lucro che opera per la valorizzazione dei mestieri e delle professioni legate a pasticceria, panificazione, pizzeria e cucina per intolleranze alimentari. "La nostra academy è in grado di affiancare le realtà della ristorazione nello sviluppo e ottimizzazione della loro attività: abbraccia cucina, pasticceria e panificazione per intolleranze alimentari, regimi vegan e vegetariani", spiega Francesco Favorito, socio fondatore e pasticcere.

Per i celiaci che, armati di santa pazienza, vogliano arrangiarsi online, qualcosa esiste. Come www.guidarapidaceliaci.com, che è però più un collettore pubblicitario di inserzionisti, in cui rientrano ristoranti, rivenditori, alberghi inseriti in lista solo perché servono una colazione senza glutine. Niente di sistematizzato e chiaro, insomma. Su www.celiachiaitalia.com c'è una certa abbondanza anche di consigli su come cavarsela in caso di una cena di gruppo, con tanto di suggerimenti su cosa scegliere in ristoranti etnici e italiani, ma anche in questo caso, mancano indicazioni e riferimenti chiari. Morale? C'è ancora parecchio da fare...

Estero, Tutta un'altra storia

Elenchi e guide chiare sono a disposizione, in rete, ma solo in inglese e sono dedicate principalmente al mercato nordamericano, britannico, tedesco. (www.celiachandbook. com/restaurant-guide.html e www.glutenfreeonthego.com, o anche www.glutenfreerestaurants.org/find.php e www. glutenfreetravelsite.com/restaurants). E non è un caso: all'estero la cosa viene presa molto più sul serio, tanto che le maggiori catene di ristorazione americane, da AppleBee's a Hooters, hanno interi menu dedicati ai celiaci. E a Londra, mangiare senza glutine è diventato di moda: da Inspiral a Nibsy's, i locali 100% gluten free si stanno moltiplicando e sono i più frequentati dalla "bella gioventù londinese", che ha voglia di sperimentare. Da PureTaste, accanto alle proposte celiache, infatti, sta facendo furore il menu Paleo-Diet, che ricalca le abitudini alimentari dei nostri progenitori. Una nuova

tendenza da monitorare.

di Valeria Volponi