

DOMENICO DALBA *

Quale alimentazione la nuova frontiera del cibo quotidiano

Una marea di visitatori irrompe serenamente nel Salone Internazionale del naturale e del biologico, a Bologna, e, lasciata alle spalle la scalinata, tracima in mille rivoletti umani che sciamano, sostano davanti ai banchi ed alle vetrinette, pongono quesiti, assaggiano, sottoscrivono contratti e riprendono ancora più motivati la soddisfacente marcia, esplorativa con gli occhi e le orecchie, ma anche ... con il naso ed il palato. Ammalianti il sottofondo dello scalpiccio, del vociare indistinto, dell'animazione contagiosa, dei profumi e dei colori che avvolge vellutatamente cose e persone.

Massiccia, già lo scorso anno, la presenza del pubblico e delle aziende riversatesi da tutto il mondo. Quest'anno, poi, il numero dei padiglioni si è triplicato, ed il successo ha arriso ulteriormente e cospicuamente all'iniziativa, che partì in sordina oltre un quarto di secolo fa.

Ormai il biologico non è più un prodotto di nicchia. Come agli esordi, quando lo si guardava dall'alto in basso con scetticismo e compatimento. Sta vivacemente esplodendo perché la consapevolezza della gente a ritmo incalzante si ispessisce e la domanda tira voracemente. Non solo in Italia, ma anche sui mercati esteri. I tassi di crescita, infatti, sono sostenuti, decisamente in controtendenza rispetto alle vendite dei prodotti convenzionali. Molte aziende prevedono, già, per l'immediato futuro di incrementare il loro fatturato. Una bella notizia ... con i tempi che corrono. Cospicua, però, e faticosamente in salita la strada da percorrere! Parecchi sono i mostri da sconfiggere: le cattive abitudini alimentari, lo stile di vita raffazzonato, l'indifferenza delle istituzioni, l'ostilità di gran parte delle forze politiche soggiacenti ai poteri dell'industria farmaceutica e della chimica, l'inadeguatezza di parte mondo sanitario e scientifico a voler cogliere la relazione tra salute ed alimentazione.

I prodotti bio vengono ritenuti più sicuri per la salute ed ... appetitosi come quelli di una volta. Secondo il rapporto Ismea Bio-Retail la rete distributiva dei centri commerciali ne gestisce già il 40%, le superfici specializzate ne presiedono il 35%, mentre i restanti canali (mercatini, vendite dirette, gruppi di acquisto solidali, e-commerce, negozi tradizionali e farmacie) rastrellano il restante 25% del mercato. Grande cura e passione viene anche riservata all'elaborazione artigianale ed alle sane procedure distributive.

I consumatori, amanti di uno stile di vita salutare, acquistano consapevolmente cibi naturali di origine vegetale, che riescono a contrastare o sconfiggere molte gravi patologie del mondo occidentale (cardiopatie, cancro, diabete di tipo 2, obesità, malattie autoimmuni), tenendo di conseguenza a debita distanza farmaci e chirurgia.

“Molti genitori hanno aperto gli occhi, perciò, iniziano a moltiplicarsi le mense delle scuole con prodotti bio. Hanno aguzzato le antenne anche gli imprenditori aprendo fast-food all'insegna del biologico e del vegan.”

I benefici contagiano anche la Terra. Già, un decimo degli ettari del territorio nazionale viene vezzeggiato con tecniche colturali che disdegnano pesticidi, erbicidi e concimi

di sintesi, ottenendo materie prime rispettose delle essenze coltivate, della salubrità delle falde idriche, della fertilità dei suoli, della microfauna, con il ritorno dei lombrichi, delle api, delle farfalle, delle coccinelle, dei rossi papaveri e delle timide calendule officinali.

E' intrigante l'assaggiare, il degustare, lo sgranocchiare. Mille, le prelibatezze: il tramezzino consapevole, gli estratti di frutta e verdura, lo squisito gelato vegan, i granberry disidratati, la birra bio, il pane integrale cosperso di olio extravergine, gli sfiziosi assaggini di ricette vegane, la zuppa di ceci, le gustose merendine al mirtillo o all'arancia, le olive, il latte di mandorla, le creme, gli infusi e le tisane. Le salutari leccornie vengono offerte con garbo e senza invadenza, persino la persona più ritrosa si accosta senza remore.

Protagonista vegetale di questa manifestazione fieristica, la quinoa, pseudo-cereale molto digeribile, privo di glutine, prospero di proteine contenenti tutti gli amminoacidi fondamentali (inclusa la lisina), ricco di ferro, di fosforo e di fibre. Non hanno quasi nulla da invidiarle i grani antichi: il farro, il grano del senatore Cappelli, il grano Kamut.

Tra le novità: "senz'uovo", una miscela di ingredienti, tutti di origine vegetale; lo "zucchero di foresta", dolcificante estratto dalla linfa di una palma; la "pasta crudista", che cuoce a soli 37°.

I libri in esposizione privilegiano le tematiche naturali, i tessuti ecocompatibili, erbe e rimedi fitoterapici, prodotti ed attrezzature per centri benessere, proposte per abitazioni ecologiche.

Strepitoso il successo del Vegan Fest, unico nel suo genere, con una grande presenza di pubblico che segue con entusiasmo il nutrito programma curato dai volontari dell'Associazione Vegani Italiani Onlus.

Straripante la partecipazione al "The China Study Tour" nato con l'obiettivo di diffondere il pensiero del dott. T. Colin Campbell, autore del saggio "The China Study". Secondo l'autorevole scienziato, intervistato in videoconferenza, "le nostre scelte alimentari hanno un impatto incredibile non solo sul nostro metabolismo ma anche sull'iniziazione, la promozione e persino sulla regressione di molte malattie, sulla nostra energia ed attività fisica, sul nostro benessere emozionale e sull'ambiente in cui viviamo".

Per chi ha letto il best seller, si tratta di "una perla di coraggiosa scienza ed atavica saggezza, da avere sempre con sé e consigliarne la lettura alle persone più care!"

* lettore - Barletta

