



RICEVERE **VEGETARIANO**

SEMPLICE E NATURALE

La tavola contemporanea deve avere un basso impatto ambientale. Materie prime naturali per vestirla, ingredienti stagionali e ricette vegetariane semplici per ricevere, dando all'eleganza una nuova connotazione: il rispetto delle stagioni e per il pianeta.

testo e ricette **Csaba Dalla Zorza**
foto **Matteo Carassale**
fashion stylist **Nicolò Milella**
caperi **Marika Gavezotti**
trucco **Lisa Farfeti**

LA NOSTRA TAVOLA È APPARECCHIATA IN UN'OASI VERDE NEL CUORE DI MILANO: LUBAR IN PORTA VENEZIA. ABITO IN CHIFFON CON MICROSTAMPA PAPAVERI, LUISA BECCARIA.

190 MC MAISON



TOVAGLIA IN LINO DI G&C MILANO.
SERVIZIO DA TAVOLA IN CERAMICA
MAIOLICATA DELLA COLLEZIONE
BACCELLATO REALIZZATO INTERAMENTE
A MANO. CERAMICHE ENZA FASANO.
CALICI DA ACQUA E DA VINO DELLA
COLLEZIONE ROSY, LUISA BECCARIA.
POSATE DA TAVOLA DELLA COLLEZIONE
INGLESE, REALIZZATE IN ARGENTO 925,
ARGENTO 800 O ALPACCA ARGENTATA.
DI SCHIAVON. CENTROTAVOLA FLOREALE
DI BOHEM LA STAZIONE.

MC MAISON 191



RICEVERE VEGETARIANO

te estetico, possiamo affermare che sia arrivato il momento in cui debba lasciare il passo a una nuova filosofia, che nell'essere sostenibile riporta in uso materiali naturali tornati oggi più che mai attuali dopo essere stati accantonati per un po'. Rientrano in questa scelta la tovaglia di lino tanto quella di cotone, magari bianche - perché così si possono usare davvero sempre - e prodotte con filati che provengano da aziende impegnate nella conversione alla sostenibilità; i piatti artigianali realizzati dalle mani sapienti dei ceramisti italiani, destinati a durare tutta la vita e a diventare il corredo di ricordi delle generazioni; le posate in argento, che usano la loro bellezza per farla divenire capacità di essere trasversali. Tutte scelte che rappresentano un lusso nuovo, che non guarda banalmente al prezzo (si tratta di un investimento che facciamo per la vita) ma alla possibilità di circondarci di cose belle che accompagnano uno dei momenti più comuni e anche importanti della nostra giornata: lo stare a tavola.

SULLA TAVOLA DI TUTTI I GIORNI, quando ci sono i fiori freschi sono locali e stagionali, esattamente come la frutta e la verdura. Il menu punta su un'estensione naturale verso il mondo vegetale, ampliando i pasti vegetariani a discapito di quelli a base di carne e pesce. Non è necessario adottare un regime più stretto, come quello vegetariano, ma è importante scegliere in modo consapevole, puntando a ridurre il consumo di materia prima di origine animale. Quella del reductarianesimo è una filosofia di vita concreta e praticabile, proprio perché non impone drastiche rinunce. E se i libri di cucina sul tema sono sempre più numerosi, per andare incontro all'idea che promuove il movimento fondato negli Stati Uniti da Brian Kateman (The Reductarian Foundation) è sufficiente impegnarsi nell'aumentare il numero dei pasti vegetariani nella propria settimana. La Fondazione voluta da Kateman, che nel 2015 ha coniato il termine "reductarian" traducibile in italiano in "colui che riduce" mira a promuovere la salute dell'umanità quanto la protezione dell'ambiente, evitando ogni forma di crudeltà nei confronti degli animali in fattoria, rendendo inutile l'allevamento intensivo sino a farlo considerare qualcosa da dismettere per motivi economici, abbassando in modo drastico il consumo pro capite di carne e di pesce. Facile, come decidere di cucinare una pasta, o una gallette salata piena di verdure. Le ricette di questo numero hanno questo obiettivo: abbracciare la cucina primaverile senza sacrifici, puntando su prodotti stagionali e locali. E regalano alla tavola tutta la bellezza che sta nella loro semplicità.

La sostenibilità a tavola è un argomento semplice quanto sottovalutato. Mangiamo tutti i giorni nel mondo occidentale, e proprio perché la nostra azione è ripetuta nel tempo uguale a se stessa, diviene un'abitudine. Si parla di come evitare lo spreco, di come diventare sostenibili, eppure mentre molti si interrogano sui grandi temi, cercando di capire cosa si potrebbe o si dovrebbe davvero fare per rallentare la velocità con la quale consumiamo le risorse più importanti del Pianeta, la risposta ci guarda con resilienza e ci chiede solo di essere accettata. Ridurre il consumo, scegliere prodotti locali e stagionali e dare alla nostra tavola un design sostenibile è l'unica soluzione. Ed è molto più semplice da implementare di quanto possiate immaginare leggendo queste righe.

LA CULTURA DELL'USA E GETTA va abbandonata per sempre, soprattutto a tavola. Se di per sé è già discutibile da un punto di vista prettamen-

