

Lenticchie Cari vegani, spiegatemi i canini...

Author : Redazione

Date : 7 dicembre 2014



Ogni tanto, a intervalli regolari, torna fuori la sana abitudine di prendersi a parolacce tra vegani e non vegani. Ognuno difende a spada tratta il proprio principio, le proprie regole per una vita sana, i benefici che la propria dieta comporta a differenza dell'altra eccetera. Gli avversari sostengono il contrario e così, alla fine, si arriva sempre al mio dogma preferito: "Senti, fa'mpo' come te pare eh".

Nel mezzo, però, c'è la catastrofe.

Nascono mode nuove di settimana in settimana, chiunque abbia una mania ossessiva per un cibo o una categoria alimentare si fregia del suffisso "-riano", che oggi come oggi ha assunto il significato di "Scofanarsi come un muflone solamente di quello che viene messo prima di -riano".

Un esempio su tutti sono i **Fruttariani**, che si nutrono unicamente dei fraccicumi che cadono dagli alberi. Dice *Ma così ho un intestino regolare*. E te lo credo! Se mangi roba marcia l'unica cosa che non smetterai mai di fare sarà la cacca. Verde, peraltro. E in continuazione, per giunta. Che va bene voler prendere solo ciò che la natura volontariamente offre – chi non conosce la spiccata autonomia decisionale del ramo di pesco? Lo volevano fare pure amministratore del condominio, vèh, però ha rifiutato perché il giovedì aveva il corso di pittura, 'sto screanzato –, dico, va bene prostrarsi al naturale decadimento del frutto della terra, ma insomma, rega', le pere fraciche magnatevele voi, ecco.

Fosse per me, se proprio mi costringessero a scegliere un "-riano", opterei per il **Lasagnariano**, o per il **Ciambellonedinonnariano**, o anche per il **Peperonatariano**, e non nascondo che farei un pensierino pure sul **Patatinefrittariano**. Resisterei una settimana e poi crepereì di colite, ma ne sarebbe valsa la pena, lo ammetto.

Il punto è che il corpo, porello, regge molto più di quanto noi non preventiviamo. Per cui si può resistere in realtà molto più di una settimana mangiando solo frutta caduta e "cacando mele verdi" (cit. A. Camus. Non è vero, ma se uno famoso indulge al turpiloquio non lo censurano), ma questo non vuol dire che una dieta del genere sia salutare.

Perché poi alla fine il genere umano è un enorme *inghippatore*, che gli permetti di fare una cosa e subito s'allarga. Inghippatore un po' scemo, peraltro, dal momento che non si rende conto che allargarsi significa distruggersi. E infatti dai vegetariani siamo passati ai vegani e poi ai meravigliosi fruttariani, con buona pace della funzionalità di

fegato e reni. Altro che alcolisti anonimi.

Ma allora, a 'sto punto, già che ci siamo allarghiamole 'ste mode!

Se tanto dobbiamo mori', almeno facciamolo andando a scavare i veri principi dell'etica alimentare. Ecco quindi qualche consiglio di Moda Nutrizionale con cui vantarvi davanti ai vostri amici prima di essere ricoverati per intossicazione alimentare:

- **Aperitivariano**: niente roba solida. Solo spritz e frizzantini. L'unico cibo ammesso è la fetta di arancia nel bicchiere e i paté di olive e maionese.

- **Foglieseccheriano**: più profondo del Fruttariano, va alla base del ciclo di vita e morte della natura, e prevede l'alimentazione tramite foglie cadute dagli alberi. Pur patendo un filino d'inedia durante l'estate, si garantiscono grosse scorpacciate tra ottobre e dicembre.

- **Caccariano**: il vero rispetto della (famosa) volontà della natura sta tutto qui, nel mangiare gli scarti di ogni singolo figlio della natura stessa. Piccioni, cani, uomini. Il risultato non è garantito, ma se si ingrana si può arrivare addirittura a comporre popolari hit come *C'era un ragazzo* e *Fatti mandare dalla mamma*.

- **Ariariano**: l'etere contiene tutto ciò di cui abbiamo bisogno per vivere. L'ossigeno. Occhio alle indigestioni: una giornata intera all'aperto a banchettare ad aria può esservi fatale. Non esagerate.

Alcuni stolti, tra cui la sottoscritta, sono ancora convinti che la Moda migliore, quella che non passerà mai, la Marilyn Monroe del magna' bene sia la filosofia del **Cibariano**: mangiare sempre, in continuazione, solo e soltanto cibo. Indistintamente. Tutto.

E se volete una vita sana, santissimoilcielo, accattatev' nu' paij' 'e shcarp' e fatevi mezz'ora di passeggiata al giorno.

E buon appetito.

Alessia R. Terrusi.