

L'INIZIATIVA

La spiaggia di Maccarese aperta a umani e non presenta "Vegan on the (Bau)Beach!"

"Noi siamo quello che mangiamo"

I migliori ristoratori della Capitale presentano i loro menù privi di alimenti di origine animale

di CLAUDIA BORSARI

La ricchezza, quanto meno quella legata al cibo, che caratterizza la società occidentale sta moltiplicando le possibilità di scelta alimentare. Innumerevoli diete si affacciano come opzioni per bilanciare le proprie abitudini alimentari, ma sovente il termine dieta può essere frainteso applicandolo a un regime restrittivo. In realtà poter avere il lusso, oggi, di parlare di diete, richiama la facoltà individuale di scegliere quali possono essere o meno i cibi da contemplare all'interno della propria quotidianità. Sempre più frequentemente le persone decidono di eliminare i prodotti di origine animale abbracciando scelte vegetariane o vegane, non soltanto per motivazioni salutistiche, ma anche per un più corretto bilanciamento nei confronti della natura e di tutte le sue specie viventi, o semplicemente perché la sofferenza animale si può arginare e senza carne, di certo, si può vivere e anche meglio. Se un vecchio caro filosofo - Feuerbach - asseriva "Noi siamo quello che mangiamo", la contemporaneità non può che rispondere presentando la varietà di stili e scelte di vita che influenzano il nostro reciproco stare nel mondo, includendo in questa convivenza anche le differenze tra specie animali.

Quest'oggi, a partire dalle 17, al BauBeach di Maccarese scendono in spiaggia i mi-



gliori ristoratori vegan della Capitale. Un'iniziativa che si sposa perfettamente con la filosofia "cruently free" sostenuta dalla prima e unica spiaggia d'Italia per cani liberi e felici ad avere un Ristoro vegan al 100%. Così infatti proclama il Manifesto Veg della realtà del litorale attiva dal 2000: "desideriamo con tutto il nostro cuore, con la mente e con l'esperienza di una vita piena dell'energia positiva del vivere-vegan un

mondo in cui lo sfruttamento e la sofferenza animale venga bandita. Vogliamo nutrirci nel modo più sano possibile e questo non può essere garantito ingerendo prodotti frutto della sofferenza animale e della produzione intensiva; non accettiamo la mancanza di eticità di un mercato che si fonda sulla assenza del rispetto delle altre specie viventi, sulla mistificazione, che crea la malattia provvendo poi a produrre la sua

cura: per questo chiediamo consapevolezza. Crediamo fortemente che ognuno abbia il dovere e il diritto di fare la sua parte per interrompere questa folle corsa verso l'annientamento delle più essenziali regole di tutela naturale, perché la vita degli animali di domani sia degna di questo nome".

Un invito a poter scegliere suggerendo una modalità di vita attenta, consapevole, intelligente. La scelta vegan



■ Alcuni scatti nello stabilimento BauBeach di Maccarese

deve essere fatta in consapevolezza e conoscenza e per questo è utile avere un referente che possa indirizzare nell'utilizzo degli alimenti necessari per vivere in piena energia e benessere. In tale ambito, all'interno del pomeriggio "Vegan on the (Bau)Beach!" organizzato in spiaggia, Maria Victoria Tuan, naturopata ed esperta di Alimentazione Naturale, illustrerà un percorso all'interno dei sapori e degli ingredienti proposti da alcuni tra i più prestigiosi ristoratori di Roma e Provincia, tra i pionieri di questa innovativa

scelta nutrizionale: Le Bistrot dal 1987, La Bio Maison, La Capra Campa Bistrot, I sapori di Liila, Animo basico e Podere Capanne, porteranno ognuno le proprie specialità, per degustazioni gratuite e guidate. Ci saranno inoltre anche un micro corso di cucina vegana e un mini aperitivo per i cani curato da "Energia e Materia". Presenti associazioni a carattere animalista con tavoli informativi e di sostegno alle attività che le stesse portano avanti, trovando in BauBeach un utile punto di diffusione e visibilità.