

# Lo chef delle celebrità

DI GIACOMO NEWLIN

ASCESA DI UNA STELLA VEGANA IN AMERICA



**N**egli Stati Uniti Tal Ronnen è considerato il cuoco vegano numero uno e possiamo crederlo se nel suo ristorante, il Crossroads Kitchen di Los Angeles, ha come affezionati clienti delle celebrità quali Paul McCartney, Bill Clinton, Oprah Winfrey. In America la sua cucina, che possiamo definire vegana-mediterranea, ha raggiunto un livello di eccellenza gourmet. La sua filosofia si può riassumere in “cucina consapevole”, ciò che al giorno d’oggi, anche qui da noi in Svizzera e in generale in Europa, ha un sempre maggior numero di seguaci. Il suo libro di ricette “The Conscious Cook” che promette di far cambiare lo stile alimentare a chi lo legge, è un bestseller della categoria anche tra gli studenti dell’Accademia di Cucina Le Cordon Bleu. Lo stile di cucina di Tal Ronnen è essenziale, proprio come le risposte alle domande che gli ho posto e che vi propongo, dall’intervista che mi ha concesso al Badrutts Palace di St. Moritz dove ha cucinato, quale chef ospite, nell’ambito del Gourmet Festival 2017.

**C**ome è avvenuta la sua scelta vegana?  
«Inizialmente è stato per far colpo su una ragazza, poi ben presto ho scoperto i benefici di un’alimentazione basata sui vegetali».

**Secondo la sua opinione, perché sempre più persone nel mondo decidono di diventare vegani, forse perché sta diventando di moda?**  
«La gente arriva al veganismo da diverse strade. I vegani aumentano a dispetto di altre diete alimentari che vengono e vanno. Si sceglie la dieta vegana per l’ambiente, la sostenibilità, il rispetto per gli animali o semplicemente perché il medico ti dice di ridurre il colesterolo. Non c’è bisogno di mangiare sempre vegano, anche solo alcune volte alla settimana si aiuta la propria salute e l’ambiente».

**È necessario un approccio diciamo spirituale per essere e cucinare vegano?**

«Tutt’altro, conosco molti chef tradizionali che ora cucinano di più in modo vegano».

**Quali sono le regole di base per la cucina vegana?**

«Non utilizzare prodotti animali, ma la gente deve comunque cucinare sempre in modo da sentirsi bene».

**Pensa che sia possibile per un onnivoro avere la stessa soddisfazione che prova mangiando carne o pesce, con pietanze vegane?**

«Assolutamente sì. Nel mio ristorante Crossroads in Los Angeles la maggior parte dei clienti non è vegana. Quando escono sono ogni volta sazi e felici».



**Qual è il suo ingrediente preferito?**

«Il mio ingrediente preferito cambia secondo le stagioni».

**Delle varie cucine al mondo qual è la sua preferita?**

«È una domanda difficile, ho un enorme rispetto per la cucina francese con la quale mi sono formato, ma amo anche la cucina giapponese per la semplicità dei suoi ingredienti».

**Mister Ronnen, lei e la sua cucina siete solo vegani o anche vegetariani?**

«Siamo esclusivamente vegani».

Devo dire che il bello dell’esperienza vegana con Tal Ronnen sono i gusti dei singoli ingredienti che si percepiscono netti, anche se accostati ad altri gusti, un autentico ritorno alla semplicità del-

la natura. Tre esempi sperimentati durante la cena al Badrutts Palace vale la pena citarli: Rapa rossa e insalata di agrumi; Zuppa di sedano rapa; Funghi Maitaki grigliati. Per un onnivoro che non se la sente di fare una scelta alimentare così estrema come la scelta vegana, un pasto da Tal Ronnen è comunque un’esperienza che fa riflettere, esaltante e da consigliare. 

