Tendenza e conoscenza

Autore: Notburga von Lutz
Data: 04.01.2022

Titolo: Cucina senza glutine

Sempre più persone rinunciano al glutine nella loro alimentazione. In questo corso di cucina organizzato dal Gustelier scoprirete come preparare a casa diverse pietanze gluten free. Mangiare una pizza la domenica sera o prendere una pasta a pranzo con i colleghi non è una cosa scontata per tutti: per 1 persona su 100 in Germania, secondo la Deutsche Zöliakie-Gesellschaft, e per circa l'1% degli italiani, secondo l'Associazione Italiana Celiachia, non lo è affatto.

Le persone affette da celiachia devono scegliere con cura i posti in cui andare a mangiare. Infatti, hanno un'intolleranza permanente alla prolammina (proteina del glutine) che, se ingerita, provoca un'infiammazione intestinale che danneggia il rivestimento dell'intestino tenue e impedisce il corretto assorbimento dei nutrienti. La celiachia può svilupparsi e colpire chi ne è affetto in varie forme. Tuttavia, ciò che accomuna tutte le persone affette da questa patologia è la rinuncia permanente al glutine.

Mentre qualche anno fa per le persone celiache era quasi impossibile uscire a cena o trovare un albergo con cucina gluten free, oggi per fortuna non è più così. Numerose strutture ricettive e di ristorazione sono andate incontro alle esigenze degli ospiti celiaci, creando un'offerta in grado di soddisfare sia loro che chi li accompagna. Un'offerta pubblicizzata in cataloghi e su siti web nonché su molti siti online che elencano e promuovono tali strutture, aiutando i clienti nella scelta. Anche chi non è allergico al glutine frequenta spesso questi locali. Tante persone non affette da celiachia, difatti, prediligono volontariamente un'alimentazione gluten free, perché sospettano di non tollerare il glutine.

KochWerkstatt. Cucina senza glutine – semplice e per tutti i giorni

Mangiare senza glutine fuori casa è possibile. E questo vale anche per l'acquisto di prodotti già pronti. Cucinare senza glutine a casa propria, tuttavia, può rivelarsi una vera e propria sfida, soprattutto se manca la pratica necessaria. Il workshop "KochWerkstatt. Cucina senza glutine - semplice e per tutti i giorni" tenuto dalla referente Ruth Innerhofer dell'Hotel Drumlerhof di Campo Tures presso il Gustelier avrà luogo il 17 febbraio 2022 dalle ore 18 alle ore 22.