

Il segreto di Daniela insalata russa senza uova

«Quando ho cominciato quest'avventura il primo pensiero è stato che anche attraverso l'alimentazione si potesse cambiare il mondo». Un'affermazione di un certo peso, chiaramente da «militante» del cibo naturale. «Allora, nel '94, quando io e il mio fidanzato, Claudio, ora mio marito, decidemmo di aprire la "Mezzaluna", ero una macrobiotica estrema» dice Daniela Zaccuri, 32 anni, divenuta proprietaria della gastronomia-ristorante di piazza Emanuele Filiberto 8/d (011/4367622) dopo aver abbandonato gli studi di chimica. «Erano troppo in contrasto con la mia visione della vita, ma mi è rimasta la voglia di fare esperimenti con il cibo. Quando abbiamo cominciato non esisteva nessuno a Torino che cucinasse vegetariano-macrobiotico d'asporto, la zona era di quelle difficili, eppure abbiamo tenuto duro e oggi posso dire di avere una piccola, piccolissima azienda ben avviata». Perché chi è sempre alla ricerca di cibi naturali e predilige il seitan alla bistecca e il tofu alla mozzarella, dalla «Mezzaluna» è passato. «Abbiamo clienti che mangiano le nostre zuppe di cereali, o i tortini di verdura, o anche le lasagne con

il ragù di seitan solo a pranzo, perché vogliono digerire in fretta e lavorare bene nel pomeriggio. E poi ci sono invece i vegetariani doc, quelli che ci prenotano cene intere per la famiglia o gli amici». Ogni piatto può costare dai 5 ai 10 euro, «che significa acquistare quasi sette etti di cibo». La cucina è subito lì, dietro al bancone, chi passa la mattina si rende facilmente conto di quanto tempo ci voglia per preparare un cous cous di verdura o la mitica insalata russa: «E' il piatto più richiesto, se uno non lo sa è difficile che scopra che la maionese non è fatta con le uova ma con la soia, più leggera e ugualmente gustosa». Quiz per i palati anche le «finte» frittate: sono preparate con farina di ceci. A Daniela piace mescolare i sapori, tenta formule nuove quasi ogni giorno: «Sì, mi diverto, ad esempio ho scoperto come montare la panna per i dolci, anche questa possibile grazie alla soia, oppure mi sono inventata i panzerotti con le alghe, i «samosa», ovvero triangolini di riso indiano con piselli e patate, e poi le croquette di miglio, il seitan all'arancia, e i dolci senza lo zucchero». [t.pl.]