



2.800 italiani ogni anno scoprono di essere intolleranti al glutine

10% l'incremento annuo delle persone affette da celiachia

1% la percentuale di celiaci sul totale della popolazione italiana

Alla conquista del cliente celiaco

Cresce la popolazione degli intolleranti al glutine, una clientela che richiede proposte mirate e attenzioni specifiche. L'associazione Aic insegna modi e procedure per creare l'offerta giusta

di Marina Bellati

Anno dopo anno, il fenomeno dell'intolleranza al glutine acquista dimensioni maggiori. Logico quindi che anche il mondo dei pubblici esercizi sia diventato più attento. In molti casi la sensibilità è mossa da fattori personali: basta avere un figlio o un parente celiaco per rendersi conto dei problemi degli intolleranti al glutine. Sempre più spesso, però, l'esercente sa che affiancare alla proposta tradizionale quella *gluten free* è un valore aggiunto di distinzione dalla concorrenza.

L'entità del fenomeno celiachia sta tutto in poche cifre: è stato valutato che in Italia una persona ogni 150 è intollerante al glutine; ogni anno sono effettuate 5.000 nuove diagnosi, a seguito delle quali circa 2.800 persone si scoprono celiache, con un incremento annuo di circa il 10% (fonte: Aic, Associazione italiana celiachia, www.celiachia.it).

Ma in che cosa consiste questa problematica alimentare? La celiachia è un'intolleranza permanente al glutine, una proteina presente

in avena, frumento, farro, kamut, orzo, segale, spelta e triticale. Per il celiaco sono così messi al bando pane e pizza, pasta e croissant, ma anche alcuni tipi di cioccolato o snack da aperitivo, alcuni insaccati e formaggi e via dicendo: la lista è lunghissima, fra alimenti vietati o che prestano il fianco a dubbi sulla loro tollerabilità. Un elenco che si trova sul sito dell'Associazione celiachia.

Progetto dedicato agli esercenti

Proprio l'Aic dal 2000 si è fatta promotrice del progetto "Alimentazione Fuori Casa", che punta a creare una catena di locali informati e in grado di accogliere i celiaci (nella pagina accanto, la vetrofania per i locali aderenti). «A 10 anni di distanza - spiega Paola Lorusso, responsabile del progetto - siamo arrivati a 2.000 esercizi aderenti: una crescita esponenziale registrata soprattutto negli ultimi anni. Tutti locali che seguiamo con corsi, tutor, materiale didattico, consulenza e controlli costanti». Naturalmente un esercente che voglia creare una proposta a uso e consumo dei celiaci non

Per saperne di più

A pagina 110 trovate i dettagli e le prescrizioni della legge 123/2005, che ha sancito il diritto al pasto senza glutine nel canale fuori casa.



*Il sito dell'Aic
www.celiachia.it
contiene
l'elenco completo
dei prodotti adatti
ai celiaci*

deve necessariamente aderire al circuito Aic. Il pasticciere milanese Ernst Knam, per esempio, pur non aderendo ad Aic ha una linea di dolci adatti ai celiaci e recentemente ha pubblicato un ricettario dedicato (www.eknam.com). Ancora, il Fooding Mozzarella Bar di Peschiera Borromeo (Mi), su impulso del dinamico barman Guglielmo Miriello, egli stesso celiaco, ha in carta una lista di cocktail creati appositamente per gli intolleranti al glutine.

Locali Aic segnalati online

Va da sé che l'autorevolezza dell'associazione rassicura il soggetto intollerante e consente anche una maggiore visibilità al locale, grazie a varie iniziative di comunicazione.

I corsi formativi sono lo start-up indispensabile per i locali intenzionati ad aderire al circuito Aic (distinguibili da apposite vetrofanie ed elencati sul sito, costo associativo fra 30 e 60 euro annuali). «Con i corsi forniamo le nozioni base - prosegue Lorusso -: alimenti permessi, proibiti o a rischio. E spieghiamo procedure e accorgimenti necessari per evitare la conta-



A sinistra, il Green Green, uno dei cocktail gluten free creati dal barman Guglielmo Miriello: 30 g pasta di pistacchio di Bronte, 60 g latte condensato, 15 ml purea di maracuja, 30 ml Vodka (Zymia extra). Nella pagina accanto, lo Stravizia di Rimini.

minazione degli alimenti destinati al celiaco. Per questo chiediamo che partecipi non solo il titolare, ma anche almeno una delle persone che si occupano di preparare o servire i cibi». È questa la strada percorsa, per esempio, da Virna Cantagalli, titolare del bar **Stravizia di Rimini** (www.stravizia.com), che dallo scorso anno ha affiancato alla proposta tradizionale quella **gluten free**. «Sono sensibile al problema - spiega - perché ho una cara amica celiaca, inoltre vari clienti sono intolleranti. Dopo aver valutato la scarsa offerta disponibile su piazza, ho deciso di frequentare i corsi Aic e ora abbiamo una proposta per celiaci che inizia la mattina con i prodotti da forno e prosegue per tutta la giornata, pausa pranzo compresa, durante la quale cerco di dare quanto più possibile prodotti freschi indicati agli intolleranti». Nonostante lo scontrino medio del pranzo gluten free (piatto unico e bevanda: 10-12 euro) sia più elevato rispetto alla media di un pasto "normale", la cosa funziona. Tanto che prossimamente la proposta Stravizia per i celiaci riguarderà anche la produzione di gelati.

Vasta scelta fra i prodotti pronti

Due le strade che l'esercente di un bar può percorrere per creare una proposta gluten free. La prima è orientarsi verso piatti e alimenti pronti (surgelati, confezionati sottovuoto o in atmosfera modificata) di aziende specializzate: l'assortimento è vasto: dal pane ai cracker, ai prodotti da forno, passando per piatti monoporzione microondabili, dessert, pizze ecc. (vedi box a fianco). La seconda è identificare una serie di ricette (a volte già presenti in qualsiasi menu, come le insalate di riso) da preparare "in

casa”, ovviamente utilizzando le materie prime e i prodotti privi di glutine.

Da tenere presente che non basta evitare prodotti palesemente a base di farinacei. Molti alimenti possono rivelare negli ingredienti una presenza di glutine “nascosta”. Un solo esempio, riportato dal prontuario Aic: la maionese di un noto produttore in alcuni formati non ha tracce di glutine, in altri invece sì. Con

il senza glutine pronto

www.schaer.com

Azienda specializzata in gluten free. In gamma pasta, pane, farine, dolci ecc.

www.ds4you.com

Prodotti destinati anche al settore fuori casa; Ds è titolare anche di uno specifico progetto pizzeria per celiaci.

www.bottegasenzaglutine.com

Azienda che offre la possibilità di comprare anche online prodotti per celiaci.

www.pandea.it

Industria produttrice di prodotti da forno, bevande, surgelati senza glutine.

www.biscuiteriedeprovence.it

Azienda francese produttrice di torte confezionate e biscotti.



Ottime ricette senza glutine si trovano nel libro “Dolcemente senza glutine” di Ernst Knam (www.bibliotheacaculinaria.it).

il prontuario alla mano quando si fanno rifornimenti il problema è risolvibile. Fatta questa selezione dei cibi - pronti o preparati in proprio - bisogna poi seguire le procedure idonee a evitare la cosiddetta “contaminazione crociata” con alimenti contenenti glutine, normalmente presenti nei bar.

Per esempio, il piano di lavoro deve essere pulito da eventuali residui di alimenti contenenti glutine e il personale deve lavarsi le mani prima di preparare prodotti destinati al celiaco. Così come è necessario utilizzare stoviglie (spatole, coltelli, apriscatole, ma anche padelle, tazzine o griglie) e un fornello dedicato solo ai prodotti senza glutine per scaldare brioche, cornetti o merende preconfezionate. Per chi ha il servizio di tavola calda, la cottura degli alimenti privi

di glutine non deve essere fatta in acqua di cottura promiscua: l’acqua usata per la pasta con glutine non può essere usata per allungare risotti o sughi destinati al celiaco; una regola che vale anche per l’olio della frittura.

Spiega ancora Lorusso: «I nostri tutor studiano soluzioni ad personam. Se manca un armadietto da dedicare solo ai prodotti senza glutine, il tutor può consigliare quali prodotti possono “convivere” senza problemi. Infine, d’accordo col gestore, effettuiamo periodici monitoraggi per valutare se ci sono punti deboli in procedure o preparazioni, così da risolverli». □