



MERANO

6

GESCHICHTEN
VON MENSCHEN,
ORTEN UND DINGEN
IN MERAN UND
UMGEBUNG

STORIE DI
COSE, LUOGHI E
PERSONE. A MERANO
E DINTORNI

STORIES OF
THINGS, PLACES
AND PEOPLE, BOTH
IN MERANO AND
ITS SURROUNDINGS

Eat green!

Cucina vegetale a Merano e dintorni

Dal maso alla tavola

Genuin, ossia originario, autentico, naturale. Così si chiama il piccolo bistrot vicino a Porta Venosta in via dei Portici a Merano. Aperto due anni fa dall'architetto e agricoltore biologico di Lagundo, Georg Ladurner, con un'idea semplicissima, eppure geniale: "Nel nostro bistrot utilizziamo quasi esclusivamente frutta e verdura di stagione. Gran parte dei prodotti proviene dalla nostra azienda agricola biologica Brunnerhof a Plars di Lagundo. In questo modo si crea una relazione diretta tra agricoltura e gastronomia", racconta Ladurner. Le materie prime che il maso non produce vengono acquistate da aziende della zona – un ciclo sostenibile ed ecologico: "Grazie ai nostri brevi percorsi di trasporto siamo non solo più ecologici, ma sosteniamo anche l'agricoltura locale", aggiunge. Anche l'arredamento del bistrot è ecologico e rispecchia il concetto genuino del locale. A occuparsene è stato lo stesso Ladurner: "Ho scelto colori sobri e materiali naturali come legno, argilla e acciaio, così lo spazio assume un'armonia speciale", spiega l'architetto. Al Genuin si cucina solo a pranzo, con un piccolo menu di piatti semplici a prezzi onesti: "Il Genuin è un posto per tutti, e il nostro cibo deve essere accessibile a chiunque, dallo studente al turista", ribadisce. Tutto ciò che non viene consumato a pranzo viene trasformato dalla cucina in gustosi antipasti per la sera, in un ciclo sostenibile al 100%. Al Genuin, Georg Ladurner ha anche allestito una piccola bottega agricola dove vende vini, succhi, sciroppi, marmellate, salse, ma anche verdure, funghi e conserve. "Per me il Genuin è come un "Buschenschank" (tipico maso vinicolo altoatesino n.d.r.), solo che si trova in città".

Due sorelle, una passione

La passione condivisa per la cucina vegetale accompagna da anni anche le sorelle Lorena Gufler e Barbara Pfitscher di San Martino in Passiria. Ciò che era nato come la semplice preparazione di pasti vegetali per la famiglia ha presto iniziato a crescere da sé. Sempre più spesso le due cuoche amatoriali venivano chiamate a cucinare per eventi privati: "Siamo rimaste piacevolmente sorprese da quante persone intorno a noi iniziassero a interessarsi all'alimentazione vegetale", ricordano. E l'idea di far conoscere la cucina vegana a un pubblico più ampio in Alto Adige non le ha più abbandonate. Così nel 2024 hanno fondato *Foodlovers Südtirol*, un'azienda che offre corsi di cucina vegetale ed eventi per bambini e adulti, consulenza per la spesa, degustazioni e catering: "Il nostro obiettivo è mostrare che la cucina vegetale non è fatta solo di frutta, verdura, insalata e prodotti pronti. E che il cibo vegano è molto più buono di quanto si pensi", spiegano. Per i loro piatti utilizzano, se possibile, prodotti biologici stagionali e regionali, cucinati con una quantità ridotta di zucchero e, se necessario, preferendo dolcificanti naturali come i datteri. Le sorelle hanno trovato la strada verso l'alimentazione prevalentemente a base vegetale in modo indipendente e per motivi diversi. La scelta è avvenuta gradualmente: Lorena, già da bambina, ha cominciato a interrogarsi sull'allevamento animale ed è passata prima ad una dieta prevalentemente a base vegetale e poi al veganismo; Barbara invece è stata spinta da motivi di salute: "Nei nostri corsi di base notiamo sempre più persone che cercano alternative agli alimenti tradizionali per problemi di salute o intolleranze. Qui offriamo volentieri un orientamento", afferma.

Testo
- Verena Spechtenhauser -

Oltre a *Foodlovers Südtirol*, da due anni fanno parte anche del team organizzativo del *Meran Vegan Festival* che si svolge ogni anno a settembre. Dalla sua fondazione da parte di Nina Duschek e Daniel Felderer nel 2022, l'evento è cresciuto costantemente ed è ormai tra i più importanti appuntamenti sul lifestyle vegano della regione. Oltre a una food-mile vegana con attività gastronomiche plant-based da tutto l'Alto Adige, il festival propone stand di abbigliamento, cosmetici e gioielli vegani, oltre a vari talk su veganismo e benessere animale: "Il festival, che si tiene sempre alla fine di settembre, non è rivolto solo ai vegani, ma a tutti gli interessati. Mostra quante novità ci siano anche in Alto Adige nel campo dell'alimentazione e dello stile di vita a base vegetale. Questo è un segno che siamo sulla strada giusta. Senza costrizioni, e con grandi ispirazioni", dicono entusiaste Lorena e Barbara.

Coerentemente vegano

Un'alternativa coraggiosa alla gastronomia tradizionale è il ristorante *La Vimea* a Naturno. Fondato nel 2016 da Valeria Caldarelli e dalla sua famiglia. "Quasi tutta la nostra famiglia è vegana", racconta con orgoglio la ristoratrice, originaria delle Marche. Il suo percorso verso un'alimentazione vegana è iniziato vent'anni fa per motivi di salute. E quel che era iniziato come un cambiamento alimentare è poi entrato gradualmente in ogni ambito della sua vita quotidiana, fino a permeare la vita professionale: "Lo stile di vita vegano è, a mio avviso, la risposta contemporanea a molte questioni ecologiche ed etiche. Ci permette di

rispettare natura ed esseri viventi, sostenere il corpo con cibo naturale e ridurre l'impatto ecologico", spiega. Valeria desidera trasmettere questa filosofia ai suoi ospiti, ma senza un tono moralistico. "Come vegani ci si deve spesso giustificare, cosa per me incomprensibile. Per questo sono felice di aver creato a Naturno un luogo dove gli ospiti possono riconoscersi nella nostra visione", afferma.

La Vimea non è comunque un luogo chiuso: il ristorante vegano biologico gourmet accoglie ospiti a colazione, pranzo e cena. Il fatto che ormai anche locals e non vegani lo frequentino rende particolarmente felice la coraggiosa titolare: "Ogni nuovo ospite che si lascia ispirare da noi è una gratificazione. Spero in futuro di vedere ancora più interesse da parte dei giovani, perché è lì che è più importante porre le basi del cambiamento". Per Caldarelli, la cucina è il cuore di ogni progetto vegano, per questo attribuisce grande importanza alla qualità dei piatti proposti da *La Vimea*. Come chef ha voluto con sé la giovane cuoca Aggeliki Charami, considerata una stella nascente della gastronomia vegana internazionale: "Charami è una cuoca vegana straordinaria e un'autodidatta di grande talento", afferma entusiasta. Per i suoi piatti creativi utilizza prodotti freschi e possibilmente stagionali, locali, biologici e vegani, provenienti da fornitori sostenibili. Anche le bevande servite sono esclusivamente vegane. "Con la nostra cucina di altissimo livello vogliamo offrire un valore aggiunto alla proposta vegana del del Burgraviato e della Val Venosta e mostrare che anche la cucina vegetale merita un posto nella scena gastronomica locale e internazionale," conclude Caldarelli.

merano-suedtiroel.it

