

Controcorrente

Ma domenica viva i pancake con tanto bacon

La scrittrice
Livia Aymonino:
adoro i blinis
dei romanzieri russi
e pazienza le calorie

di ELISA POLI

Livia Aymonino è la vulcanica viaggiatrice e autrice de *La lunga notte di Adele in cucina* (Giunti) e di *Sapori di Versi - ricette in rima e pensieri in cucina* (Mursia).

Livia, la sua colazione ideale?

«Caffè e giornale e sono felice. La sigaretta, per fortuna, me la concedo solo dopo le undici».

Tutto il contrario di quello che dicono i nutrizionisti...

«Ebbene sì, non ho il rito della colazione, ma avendo due figli maschi, ora grandi, mi sono data un'aggiustata in corsa. Niente televisione e telefono mentre si mangia, per favorire la conversazione. Un centrifugato di frutta per tutti, per immagazzinare un po' di vitamine e biscotti fatti in casa, con tanto burro sennò che biscotti sono?».

Poche regole, ma chiare...

«No, a ben guardare non ho regole, se non quella del piacere. Soprattutto nel fine settimana credo che ognuno debba fare quello che vuole. La domenica è una festa, con calma prepariamo i pancake con sciroppo d'acero e bacon e l'immanicabile frullato monterosa con banane, panna e amarene Fabbri: rimedio agli stravizi del sabato sera».

Cosa pensa del brunch?

«Ho viaggiato tantissimo e ho vissuto in America. Nel '79 chi aveva mai sentito parlare di brunch? L'ho scoperto là e solo facendo colazione, con il loro latte half&half (via di mezzo tra panna e latte, n.d.r.) presi 3 chili».

Sì, ma il brunch è diventato una moda anche italiana...

«Non mi piacciono le mode in cucina, non mi piace che la cucina sia di moda. Odio formule svuotate come brunch o happy hour. E non

sopporto cuochi che parlano troppo, può anche darsi che tu ci abbia messo due giorni a preparare un sartù, scegliendo gli ingredienti uno a uno, ma poi a tavola si deve parlare d'altro. Il bello della cucina è che sparisce in bocca, è un atto d'amore non di esibizione».

Dove le piace fare colazione?

«Difficile dirlo, il fatto è che quasi sempre mangio meglio a casa mia. Però ancora adesso quando viaggio torno un po' bambina, mi piacciono le colazioni dei grandi alberghi, che ti fanno sentire coccolata. La colazione dell'hotel Don Alfonso 1890 di Ernesto Iaccarino è da perdere la testa. E anche quella de La Parolina, ad Acquapendente».

Meglio dolce o salato?

«Col passare degli anni amo sempre meno il dolce e più il salato, la mia colazione ideale sarebbe con formaggio, uova, pane e burro, o quella con blinis, salmone e panna acida nella cui descrizione incappi a volte nei romanzi russi. Ma a differenza dei personaggi non devo poi affrontare la tundra a piedi, così cerco di limitare le calorie con i più leggeri cereali e yogurt».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

