

## LE CUOCHE CHE VOGLIAMO DIVENTARE

Serena Mazza, chef e pasticciera, si è inventata sei miscele naturali perché anche chi non può mangiare glutine possa gioire della bontà del pane fatto in casa. Soprattutto, ha scoperto come diventare il genitore che voleva essere



**C**erto, bisognerebbe chiederlo a Giulio, com'è avere una mamma così. Una mamma che già prima che tu nasca pensa che non vuole essere tutto per te; vuole che tu ti apra agli altri «perché nella vita non si sa mai come vanno le cose e metti che ci sia un problema, non voglio che mio figlio si senta perduto quando non sono con lui». Una mamma che già prima che tu nascessi ha casualmente rivoluzionato la sua vita: nella sua città, Ragusa, apre una scuola di cucina e Serena — che fa la contabile ma sin da bambina si divertiva un mondo a guardare la nonna Giuseppina che cucinava — si iscrive per diletto a un corso amatoriale, poi un altro e un altro ancora. Infine decide di frequentare il corso professionale e voilà, indossa la giacca da chef e cambia vita, addio contabilità, benvenute lunghe ore nelle cucine stellate della città, prima con Vincenzo Candiano poi con Ciccio Sultano, che la ingaggia in pasticceria. Un anno dopo, Serena è a Taormina nel ristorante di un hotel a cinque stelle. Lanciatissima. «È stata benedetta la famiglia tradizionale siciliana in cui i nonni sono un pilastro: senza l'aiuto dei miei ge-

**CHI È**  
Serena Mazza è la fondatrice di «Sine Glutine» a Ragusa, bottega e laboratorio di farine e di prodotti da forno naturalmente senza glutine. Prima di aprire, ha lavorato come contabile e poi come pasticciera, fra gli altri, da Ciccio Sultano

di **Ro Corradin**  
foto di Massimo Siragusa per Contrasto



## RICETTE DI LIBERTÀ



**I figli si mettono al mondo; ci sarà un motivo se si dice così: al mondo, non a noi stessi**

nitori e dei miei suoceri, non ce l'avrei fatta». Non si può dire che la ragazza non conosca la riconoscenza. Il problema, quello per cui Serena voleva che Giulio crescesse sereno anche in sua assenza, si presenta sotto forma di separazione della coppia mentre lui è ancora molto piccolo. «Sono rientrata da Taormina e banalmente non riuscivo a trovare un posto che mi pagasse abbastanza per vivere da sola con mio figlio», sospira Serena. E qui il destino manda l'aiutante: un amico chef di Como che le segnala un locale sul lago dove cercano una persona per Natale. Serena parte, e resta, perché lo chef le permette di fare turni di due settimane sì e una no. Nelle due settimane sì, i suoi genitori salgono al nord con Giulio, nella settimana no scendono ed entrano in campo i nonni paterni: «Portavo Giulio, restavo a pranzo con loro, tutto senza strappi». Lavoro e responsabilità aumentano, ma «un conto è pensare che non vuoi che tuo figlio dipenda emotivamente

da te, un conto è lasciarlo sempre coi nonni: non volevo diventare un peso e mi licenziai». Chiusa una porta, si apre un portone: le ville sul lago hanno bisogno di chef privati. Gli ingaggi si intasiano perfettamente nella vita di una mamma in lotta per l'indipendenza. Certo, deve essere a disposizione se il miliardario di turno vuole la parmigiana di melanzane nottetempo («mi ricordo uno che, con l'aereo già pronto che rollava, volle per l'ultima volta i miei spaghetti al pomodoro»). Intanto Giulio cresce, entra in prima elementare, «dai nonni dormiva nella mia cameretta di bambina» si intenerisce Serena. «È meno male che lo avevo preparato ad affrontare la vita senza stare attaccato alle mie sottomane». A questo punto si presenta il problema due: una questione di salute per cui Serena deve rinunciare al frumento per un po'. «In quel periodo ho cominciato a informarmi sugli ingredienti dei prodotti senza glutine». Non le piacevano. Si è messa a studia-

re, con l'obiettivo di realizzare farine alternative naturali e prive di additivi. Quando il problema di salute rientra, Serena lo ha già trasformato in opportunità. Accarezza l'idea di creare una bakery senza glutine. In quel momento, anche suo fratello Gianni è pronto a un cambio vita. Studiano la fattibilità. A fine 2019 aprono a Ragusa «Sine Glutine», il cui cavallo di battaglia sono le ottime scacce ragusane, i biscotti fragranti, la stupefacente pasta fresca e soprattutto le miscele di farine per pane, pizza, pasta, dolci e biscotti: un successo che approda anche nelle farmacie specializzate in prodotti senza glutine. E Giulio? Oggi ha sedici anni, fa il liceo scientifico, a scuola va benissimo e ha scelto («Mamma non ti seccare, è più comodo per me») di stare coi nonni in settimana e con la mamma nel tempo libero. «I figli — commenta Serena — si mettono al mondo; ci sarà un motivo se si dice così: al mondo, non a noi stessi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## LA CROSTATA DELLE MINORANZE (SENZA GLUTINE)



Foto di Blessed Brands, styling di Stefania Aledi  
Crediti: palette per torta Mepira

Adatta a celiaci, intolleranti al glutine e al lattosio, allergici alle uova, vegetariani, vegani, crudisti e chi deve abolire dalla propria dieta gli zuccheri raffinati. Ingredienti: per la base, 320 g datteri, 200 g mandorle, 120 g cocco rapé, 60 g olio di cocco; per la crema, 420 g anacardi 420 g, 300 g latte di riso, 220 g sciroppo di agave, 20 g scorza di limone, 30-50 g succo di limone, 30 g basilico; per la decorazione, frutti di bosco, menta fresca, fiori

eduli. La sera prima, ammollate in acqua gli anacardi. Frullate non troppo finemente gli ingredienti della base. Otterrete un composto appiccicoso. Stendetelo a mano sulla base di uno stampo ad anello (24 cm). Per la crema, scolate gli anacardi e frullateli con gli ingredienti, sino a raggiungere la consistenza di una crema. Stendete la crema sulla base pareggiandola con una spatola. Decorate, conservate in frigo e servite ben fresca.

## LA STORIA NEL PIATTO NON...GETTARE ALLE ORTICHE!

di **Paola S. Trifirò**

**S**i nomina l'ortica e si pensa subito ai bruciori che qualunque bambino ha provato, per il che bisogna «ringraziare» la peluria di quest'erba che contiene una sostanza bruciante. Sarà per questa non simpatica caratteristica, sarà perché cresce spontanea, la *urtica dioica* viene spesso considerata pianta infestante e non gode di grandi simpatie, tanto che ancora oggi è spesso usata l'espressione «gettare alle ortiche» per indicare l'idea di mandare qualcosa in malora. Questo giudizio negativo compare presto nella storia, a cominciare da Plinio il Vecchio quando nella *Naturalis Historia* (XXII, 31) si domanda «*Urtica quid esse invisius potest?*» (che cosa ci può essere di più odioso dell'ortica?), salvo poi elencarne una sfilza di benefici. Per le sue proprietà urticanti è ricordata anche da Dante, che alla fine del *Purgatorio* (XXXI, 85) sente il pungolo del pentimento («Di penter si mi punse ivi l'ortica...»). Dunque urticante sì, ma quanti i lati positivi di questa pianta perenne? Il primo a riconoscerli è stato Apicio quando ne elogia le qualità mediche che ancora oggi ne fanno un prodotto utilizzato come antinfiammatorio e diuretico nonché dalla moderna industria della cura dei capelli e della pelle. Pare fra l'altro, sempre



ovviamente fra storia e leggenda, che anche gli imperatori romani ne usassero in quantità, forse in decocti, in quanto ritenuta una sorta di Viagra ante litteram. In tempi più recenti, Victor Hugo elogia

le molte qualità nei *Miserabili*: «Contiene filamenti e fibre come la canapa e il lino... tritata è buona per le galline e tritata per il bestiame... può paragonarsi a un ottimo fieno...». Ma il successo di questa pianta sottovalutata è anche in cucina. Molte, e godibilissime, le ricette a base di ortiche: dalle ottime frittate ai risotti, dalla zuppa (famosa quella scozzese intitolata alla Queen Anne, ultima della dinastia Stuart) alle quiche francesi con formaggio di capra, dai ravioli all'omonimo pesto. Si tratta in realtà di una sorta di spinaci, di questi forse anche più delicata, apprezzata pressoché ovunque. Numerose fra l'altro le trattorie con questo nome, come a Roma o nel Golfo Paradiso, vicino a Genova, o a Milano, nell'omonima via, non lontano dalla celebre balera. Quando cogliere le ortiche? In primavera le migliori, quelle tenere e piccole: appena scottate in acqua in ebollizione perdono la sostanza urticante e si piazzano così in buona posizione nel paradiso dei gourmet.

© RIPRODUZIONE RISERVATA