

Letto per voi
L'etica
dello sviluppo



Una guida critica ai principali concetti del paradigma dello **sviluppo** e agli errori intellettuali su cui si fondano, approfonditi dal punto di vista storico e antropologico dai maggiori esperti mondiali. L'ha curata l'accademico e ambientalista tedesco Wolfgang **Sachs** che nel **Dizionario**

dello **sviluppo**. Una guida alla conoscenza come potere (Ed. **Castelvecchi**) raccoglie gli scritti di 16 autori, tra cui Serge Latouche e Vandana Shiva che invitano a dire addio all'idea **eurocentrica** di sviluppo e a liberare la mente in vista delle future sfide ecologiche e etiche.

Irene, chef pensando a nonna Il cibo? Il problema diventa forza

di **GIULIO SENSI**

La curiosità è dipinta negli occhi di Irene Volpe, romana, classe 1998, divenuta celebre per la sua partecipazione a Masterchef Italia 10: l'outsider dai capelli colorati scalò il talent show culinario arrivando in finale e conquistandosi la simpatia di milioni di italiani. Quel desiderio di conoscere e sperimentare e le mani abili - che nel reel del suo profilo Instagram seguito da 180.000 persone si muovono rapide a mostrare come certe incredibili ricette possono diventare realtà - sono gli stessi di quando da piccola si intrufolava nella cucina di sua nonna Iole a Collecchio, nel reatino, e impastava rotolini, ciambelline, amaretti, nocciatine, pizze di Pasqua. «La prima ricetta che ho cucinato nella mia vita - racconta - è stata la crostata di marmellata delle prugne dell'albero di nonna, cioè - precisa Irene con dovizia di particolari, perché l'esattezza e la cura del dettaglio sono sue doti - sarebbe la confettura, ma nonna la chiamava marmellata».



Irene Volpe ha 24 anni, è nata e vive a Roma. Dopo il liceo artistico si è laureata in Design: ma poi la grande passione per la cucina l'ha portata a Masterchef Italia 10 nel 2020: «I miei piatti sono lo specchio delle emozioni che provo» (foto @coffeandlucas / @mymedia.studio)

La ventiquattrenne Volpe è diventata famosa a Masterchef, ora cucina e disegna
La lotta contro l'anorexia: «Ne parlo perché ritengo possa aiutare altre come me»
L'attenzione alla sostenibilità e il rispetto del nostro Pianeta, l'impegno nel sociale

Influencer senza volerlo

Sarà stata la cultura del cibo respirata in famiglia, sarà la manualità unita ad una grande capacità di immaginazione e una smisurata passione per l'arte e il disegno, ma quattro anni e mezzo fa, quando Irene iniziò a cucinare i famosi panettoni che regala ai suoi amici a Natale, non si sarebbe mai immaginata di diventare una food blogger e influencer. «Per carità, non voglio essere chiamata così», precisa: «Io sono solo Irene, ciò che faccio è semplicemente comunicare la passione per la cucina e per l'arte. Cucino e disegno: i piatti e i quadri sono lo specchio delle mie emozioni».

Comprese quelle che talvolta si affacciano prepotenti e intrusive a riproporre quel disagio iniziato tre anni fa quando, da studentessa Erasmus in Germania, ha iniziato a soffrire di un disturbo del comportamento alimentare contro cui continua a lottare ogni giorno.

«L'anorexia è una malattia che riguarda proprio il rapporto con il cibo, ma mi ha dato modo di lavorare su me stessa. Ho avuto la fortuna di avere grande consapevolezza di ciò che mi accadeva e la mia famiglia a mio fianco. Mia mamma, quando ha capito che stavo male, ha preso l'aereo ed è venuta in Germania per riportarmi a casa viva». Irene non si è mai fermata e ha continuato a stu-

diare e a coltivare la sua passione per il cibo. Il giorno che ha discusso la tesi all'Isia di Roma, laureandosi in Design, ha ricevuto la chiamata da Masterchef. Aveva superato il primo step di provini, ma dal design alla cucina il passo è grande. «Accettare di cambiare la strada che avevo preparato e immaginato per la mia vita non è stato semplice», ammette. In preda ai dubbi ha chiesto consiglio a Riccardo Falcinelli, suo docente e mentore, scrittore e noto graphic designer: «Mi ha aperto gli occhi, invitandomi a collegare le strade che

avevo preso e a non sentirle alternative, anzi a fare tesoro delle mie esperienze diverse e unirle. Quel giorno per me è stata la svolta e gli sarò sempre riconoscente».

Anni intensi quelli di Irene Volpe, di svolte e scelte, di vittorie che l'hanno resa più forte, quella forza che regala a chi la segue. Oltre ai social, ha aperto un sito web (irenevolpe.com) in cui si racconta attraverso un diario di ricette e disegni: «Ho deciso di parlare del mio problema, dell'anorexia, perché fa parte di me ed entra anche dentro al mio lavoro. Tante



Appena posso sostengo eventi di associazioni che si occupano di disturbi del comportamento alimentare. Cuciniamo insieme, così aiuto le persone ad allacciare un rapporto positivo con il cibo

persone mi scrivono dei loro disturbi e mi ringraziano per la forza che ricevo da me. È una grande responsabilità. Il mio è un percorso difficile, con alti e bassi, ma voglio dividerlo con chi mi segue perché penso sia utile».

La carriera di Irene è in piena evoluzione: fra la sua attività di personal chef, stage in ristoranti stellati, video virali e la cura all'impatto ambientale dei piatti. «Cerco di cucinare in modo sostenibile per noi stessi e per il mondo in cui viviamo, per rispettare il Pianeta che ci ospita. Non mi piace collocare in tasselli troppo precisi me stessa e la mia cucina. La definirei una cucina prettamente vegetale, che punta a valorizzare gli ingredienti che la natura ci offre, in un'ottica più sostenibile possibile. Rispecchia le mie emozioni e cerca di far emozionare anche gli altri. Appena posso do il mio contributo ad eventi di associazioni che si occupano di disturbi del comportamento alimentare come "Animenta" o "Peso positivo". Cuciniamo insieme, così aiuto le persone ad allacciare un rapporto positivo con il cibo».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

«Solidando» a Milano

Torna il mercato contadino, «buono» a km zero

Il mercato contadino «Solidando» ritorna a Milano in concomitanza con gli eventi di Bookcity. Domenica 20 novembre darà vita a una giornata dove cibo, solidarietà e presentazione di buone letture si intrecceranno negli spazi suggestivi dell'Associazione IBVA, a pochi passi dalla Darsena. Riprendono le degustazioni professionali di vini, ricchi menù a base di pesce dell'Argentario e di carne da allevamenti di montagna della Cooperativa Canedo; ma non mancheranno proposte per vegetariani e vegani. E nel pomeriggio si terranno laboratori di ceramica per bambini con la coop sociale Grufa di Bollate. Per tutta la giornata sarà possibile gustare caldarroste con i marroni della Comunità del Cibo del Monte Amiata. A Solidando sono presenti con le loro bancarelle agricoltori che

producono prodotti di qualità, sani e genuini, coltivati e trasformati secondo principi di sostenibilità ambientale e sociale, senza inquinare l'ambiente con pesticidi e concimi chimici e garantendo eque condizioni di impiego ai lavoratori. Lo organizzano con l'Associazione IBVA, la Rete Contadini e i volontari del Gas «Filo di Paglia» e dell'Associazione «Pesce d'Aprile». Tra i loro impegni anche quello di offrire un'opportunità di lavoro nell'ambito dello stesso mercato a persone fragili e emarginate. Il mercato, quest'anno alla seconda edizione, sarà riproposto ogni terza domenica del mese fino a maggio 2023. Ogni mese ci sarà un programma di eventi collaterali, incontri, talk, laboratori e degustazioni che di volta in volta verranno comunicati. Info: ibva.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Social
Le video ricette della cucina vegetale e sostenibile della giovanissima chef si possono trovare sul sito: irenevolpe.com