



VEGANABRUZZO, NUOVO MODO DI COMUNICARE TRA I RISTORATORI E CHI MANGIA VEG

13 Febbraio 2023 

L'AQUILA – Il nome dell'account *Instagram* abbina due parole che, solo all'apparenza, potrebbero stridere tra loro. A ben vedere, invece, l'Abruzzo offre un patrimonio gastronomico che va straordinariamente incontro a chi vuole intraprendere un regime alimentare a base vegetale.

Aperto nel 2022 per il desiderio di raggiungere diversi obiettivi, Veganabruzzo vorrebbe che i ristoratori aumentino le proposte vegane, se le hanno, oppure le introducano, alla luce delle richieste dei suoi follower. E poi avvicinare le persone tra di loro per diffondere e scambiarsi informazione sulla reperibilità dei prodotti.

L'idea di creare un punto di incontro tra consumatori, ristoratori e semplici curiosi delle proposte veg è venuta a **Sara Righi**, torinese di 25 anni. Nel 2020, motivata soprattutto da ragioni di rispetto ambientale, ha iniziato a muoversi sempre di più verso un'alimentazione vegana e, nello stesso anno, si è trasferita a Teramo, dove attualmente vive.

"Ero stanca delle scarsissime e ripetitive alternative che trovavo quando andavo a mangiare fuori, così mi sono chiesta se ci fossero dei locali che offrissero delle opzioni più sofisticate", racconta a *Virtù Quotidiane*. Ho trovato qualche ristorante 100 per cento vegano attraverso Happy cow – un'applicazione molto diffusa all'estero e nelle grandi città italiane, che permette di rilevare quelle possibilità segnalate dagli utenti o dai ristoratori stessi, a condizione che vi aderiscano – ma quelli abruzzesi erano davvero pochi".

Ispirata da un'altra pagina social, grazie alla quale ha scoperto numerosi locali adatti a vegetariani e vegani a Torino, ha creato dunque un corrispettivo abruzzese al quale si dedica nel tempo libero, per sola passione e interesse personale, essendo di professione logopedista.

Da giovane attenta a questi temi ed evidentemente figlia del movimento internazionale di protesta contro il cambiamento climatico fondato da **Greta Thunberg**, Sara parteciperà al dibattito aperto di Fridays for future di Teramo che si terrà sabato alle ore 16,00 all'Auditorium Santa Maria a Bitetto, incentrato sull'impatto della dieta sull'ambiente.

In quell'occasione, sarà presente anche **Stefano Fusella**, dietista ed esperto di alimentazione vegetale, coinvolto recentemente anche da Sara per rispondere ai dubbi dei



follower della sua pagina social.

“Quando ho capito che tramite l'alimentazione vegana si poteva salvaguardare l'ambiente mi sono iniziata a documentare”, dice, “ho seguito **Silvia Goggi**, medico nutrizionista milanese che si occupa di questi temi, e ho ridotto sempre di più gli alimenti di origine animale dalla mia dieta. La cucina piemontese dalla quale provengo è molto più grassa e ricca di carne di quella abruzzese, nella quale invece sono ben inseriti i legumi e i cereali”.

Tra le oltre 4mila persone che seguono Veganabruzzo, la maggior parte sono giovani tra i 20 e i 30 anni, di tutte le province abruzzesi: “C'è una buona percentuale vegana. Ad esempio, ho scoperto essere molto vegan friendly Roseto degli Abruzzi. A dispetto di quanti ancora associano all'Abruzzo soltanto piatti come gli arrosticini, la cucina contadina abruzzese è di per sé già una cucina vegetariana” racconta Sara, che ha raccolto le informazioni ottenute in questo ultimo anno in una mappa virtuale, in continuo aggiornamento, di tutte le attività commerciali che possono soddisfare tali esigenze.