

Sommario

Donna Moderna n. 24



65



Completo
The Frankie
Shop.
Gioielli Crivelli.
Foto Carlo Piro



40

5 Editoriale

Guardami

6 Di' la tua

Le vostre lettere

7 Namastè

Se lo stress ti sveglia alle tre

8 Elasti

Caro, su, riaccendimi

9 Botta&risposta

Pierluca Mariti.

Grazie per la domanda

10 I tavoli di lavoro

Libere e Uguali: parliamo di soldi

11 Tempi moderni

Educazione digitale

per genitori e figli

12 Flash

Cose di cui si parla

attualità

14 Cover story

Teresa Saponangelo.

L'amore c'entra sempre

20 Inchiesta

Non ti distrarre!

24 Incontri

Jessica Biel,

Elisabeth Banks.

Puoi contare su di me

28 Relazioni

Mia sorella è figlia unica

32 Dress code

Regine (anche) di stile

36 Change maker

Così inventiamo il futuro

40 Icone

Peggy Guggenheim.

Una vita per l'arte

44 Autori cult

Le parole contano

46 Green pride

Vuoi salvare il Pianeta?

Rovista nella spazzatura

64

mooda

52 Tendenza

Quell'aria parigina

58 Shopping

Etnico in città

62 Variazioni

Il micro top

63 Radar

Nera, midi e punk

64 Fashion Education

Il tutù non si ferma più

65 Brand news

beauty&body

67 Skincare

Sulla mia pelle si fa, non si fa

72 Shopping

Che fior di profumo!

74 Passaparola

Alla (ri)scoperta della caffeina

76 Salute

Oddio, perdo i capelli

80 Salute

Io e i miei ormoni

82 I feel good

Son tutte belle (e normali)

le vulve del mondo

fuori orario

85 Food

Con un pizzico di zenzero

91 Cooking

Lo stocco super sano

92 Experience

A pranzo dalla nonna

96 Design

Fronte del porto

100 Animal house

Passeggiate confortevoli

101 The garden editor

Annusamì!

102 Viaggi

Non voglio più scendere

106 Playlist

help!

113 Help!

Dritte per semplificarsi la vita

116 Gli esperti

consigliano

118 Dalla tua parte

120 Staff

122 Oroscopo

72



Tutti le cercano, tutti le vogliono: da Manhattan a Modica, nelle cooking class e nei ristoranti è il momento delle ricette fatte in casa. **E delle cuoche senior che, come in *Nonnas*, il film del momento su Netflix, aprono locali e insegnano i trucchi del mestiere**

di Alessia Cogliati



A pranzo dalla

QUAL È LA CUCINA PIÙ BUONA DEL MONDO? Diciamolo senza falsa modestia: la nostra. E qual è la cucina più amata dagli italiani? Quella della nonna, comfort food per eccellenza, ottima e fatta in casa. Lo sanno bene gli americani che su questa verità hanno prodotto il film appena sbarcato su Netflix, *Nonnas*, con Susan Sarandon e Vince Vaughn. La storia che ha dato il via alla sceneggiatura è vera e parte dal piccolo ristorante Enoteca Maria, aperto da Joe Sacaravella a Staten Island, uno dei cinque distretti di New York dove la comunità italiana è più numerosa. Dopo la morte di nonna Domenica e della madre Maria, Joe voleva rendere omaggio alle due cuoche di famiglia e far provare agli americani il buon cibo di casa nostra. Per realizzare il suo sogno ha invitato vere nonne

italiane ai fornelli della cucina del suo ristorante a due passi dal traghetto per Manhattan e ha avuto un grande successo. Oggi apre le porte a una quarantina di donne dai 50 ai 90 anni provenienti da tutto il mondo, dal Bangladesh al Cile, dalla Grecia alla Siberia (c'è un solo nonno, calabrese, che fa tutta la pasta a mano). Con il programma "Food, Family, Culture and Nonna" i clienti hanno l'opportunità di cucinare con le chef per imparare i trucchi della tradizione (enotecamaria.com). Del resto le ricette made in Italy vendono bene in tutta Manhattan. Al 606 di Second Avenue Nonna Dora cucina orecchiette e cavatelli da 70 anni, mentre il Nonna Beppa di Hudson st. 290 propone la pasta delle Sfoglino bolognesi e ha una seconda sede a Miami (nyctourism.com).



Qui un ritratto spiritoso di Enoteca Maria: ai fornelli del ristorante newyorkese che ha ispirato il film *Nonnas* (sotto) ci sono vere nonne italiane

NONNA

IN ITALIA, a scuola di cannelloni

Se i locali made in Italy vanno forte Oltreoceano, figurarsi in patria. Anche Roma ha il suo Joe Scaravella: si chiama Andrea Savini Zangrandi ed è proprietario del ristorante La Cicala e la Formica (via Leonina 17), vero tempio della cucina romana votato all'amatriciana, alla cacio e pepe e ai carciofi fritti. Con l'Associazione nazionale per la tutela dei diritti dei lavoratori over40 Andrea si è inventato Nonna Company (nonnacompany.com), un progetto che ha l'obiettivo di valorizzare le ricette della tradizione facendo incontrare 5 nonne che insegnano e 5 giovani che vogliono imparare. Le prime due edizioni sono andate bene, ora ci si prepara per la terza.



experience

In questa pagina lo staff di Slow Food, locali alla ricerca di una granny capace di raccontare piatti della tradizione. Come i fiori di zucca fritti (nella foto sotto).



«Diciamola tutta: dietro ogni grande chef c'è una grande nonna. Una figura sottovalutata sebbene sostenga la società nella cura di tutta la famiglia» spiega. «Il mio obiettivo è creare l'ambiente ideale per un passaggio di saperi tra generazioni. Le over, che spesso hanno le stesse competenze di un direttore d'azienda, si sentono utili e riconosciute, gli under imparano un mestiere». Sono proprio under30 le due sorelle al timone del ristorante Fattoria delle Torri che in un palazzo del Seicento del centro di Modica serve piatti a base di materie prime local e ospita una nonna chef una domenica al mese. «Da tempo tengo un corso di cooking per l'Università della Terza Età e dopo il racconto di un amico su quanto la cucina delle nonne italiane stia spopolando a Dubai, ho pensato di fare un esperimento e portarle da me» racconta Francesca Barone, chef e proprietaria con la sorella Carla (fattoriadel-

lettori.com). «La prima è stata Franca che ha preparato cannelloni di carne, quagliette con la pancetta e biancomangiare. Poi sono arrivate Claudia, modicana doc, e Maria con le ricette della Calabria. All'inizio erano intimidite dal dover cucinare per decine di persone ma, aiutate dalla mia brigata e incoraggiate dai commenti dei clienti, si sono divertite. Il prossimo appuntamento è l'8 giugno, poi riprenderemo a settembre con incontri più frequenti. L'idea è anche quella di permettere alle famiglie che non hanno più una nonna in casa di rivivere l'emozione del pranzo della domenica». Chi invece va sul sito dei 4 ristoranti Slow Sud di Milano trova un annuncio di lavoro originale: cercasi Store Nanny. I proprietari vogliono assumere una nonna meridionale capace di raccontare i piatti del menu tra pasta alla norma, anelletti alla palermitana e bombette pugliesi, magari in dialetto e trasmettendo l'atmosfera conviviale delle case del Sud. «Si sono presentate alcune signore ma, quando hanno capito che si trattava di firmare un vero contratto part time, hanno rinunciato» racconta uno dei proprietari, Luca Rudilosso (slow-sud.it). «Quindi lanciao un appello: cerco una persona sorridente in grado di trasmettere la passione che c'è dietro alle polpette di melanzane di mia nonna Lina». L'esperienza per i clienti sarà quella di pranzare in un ambiente informale ma curato, tra piatti coloratissimi e ruote di carretto.

ALL'ESTERO, dove gli anziani insegnano il catering

Tra gli obiettivi del progetto "Grandmas cooking" aperto a Barcellona da Veronica Baena c'è proprio l'empowerment degli over, maschi e femmine, e la volontà di generare felicità e socializzazione attraverso la cucina. Chi vuole partecipare a una lezione trova Carles che insegna a preparare tapas e vermut, Marisa master chef di ricette galiziane e Cali specializzata in paella e chorizo con i piselli (grandmascooking.org). «L'idea mi è venuta guardando i nonni fuori dalla scuola di mio figlio, ho proposto



Da sinistra, i protagonisti di Grandmas cooking, a Barcellona. Il catering californiano Nonne in cucina e la locandina della Fattoria delle due torri.

**DALLA
NONNA**



A pranzo,
Domenica 08 Giugno.

FATTORIA

INFORMAZIONE

Tutto in famiglia anche sui social

QUELLO DELLE NONNE IN CUCINA è un trend anche sui social. @nonnasilviofficial ha 82 anni, è toscana e conta 3 milioni e 800 mila follower a cui spiega come fare gli spaghetti alle vongole e i ricciarelli che prepara nel forno di famiglia. @nonnanellaa viene da Deruta e ha scritto persino un libro, *Cucinare a sentimento*, con piatti della tradizione umbra e non solo (19,50 euro, Cairo Editore). L'account @pastagrannies, gestito da un'americana che si è trasferita nelle Marche, pubblica videoricette di impasti fatti a mano da over80. Mentre Nonna Iside usa ancora la formula di sua nonna Ida per le tagliatelle con le uova d'oca (@lacucinadinonnaaside).

una lezione pilota e il risultato è stato un incontro pieno di divertimento e buon cibo» dice Veronica.

«Allora ho deciso di fare sul serio con workshop per aziende e scuole, catering, lezioni per i turisti e gli appassionati. Qui gli anziani si sentono apprezzati, competenti e integrati nel tessuto sociale della città. E ricevono messaggi di affetto dai clienti che se ne vanno con ricette preziose». È una raccolta di preparazioni e racconti emozionanti anche il sito www.cookingwithgrandmothers.com della scrittrice americana e cuoca Jessica Theroux, autrice del libro *Cooking with Italian Grandmothers*. Online ci sono testimonianze di donne da Asia, Europa e Usa. Armida dalla Lunigiana regala i segreti dei suoi gnocchi al ragù, Oma del South Carolina dà gli ingredienti per un perfetto fried chicken, Sue della British Columbia ha una tecnica particolare per cuocere i pancake alle mele nel forno. E chiunque può caricare la storia di sua nonna nella sezione "Add your elders". Il punto forte del catering californiano Nonne in cucina, dell'americana Deborah

Graci, sono le ricette delle sue nonne italiane, l'emiliana Bruna e la siciliana Pina (nonne-in-cucina.com). «Queste donne straordinarie hanno plasmato la mia passione per il cibo» racconta. «Tortelli con le erbe e lasagne, arancini e caponata sono l'anima del mio lavoro e li preparo come mi hanno insegnato: con amore e rispetto per la tradizione. Ora organizzo anche esperienze in Italia che mettono insieme turismo, sport e buona tavola. Un viaggio nel sapore e nella memoria che piace tantissimo ai californiani». Nonne d'Italia siete avvisate: i turisti di tutto il mondo vogliono incontrarvi!

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Con questo toccante ritratto di una nonna che prepara la Matassa nella sua cucina in Irpinia il fotografo Diego Martinelli ha appena vinto il premio Philip Harben Award nel World food award. Matassa è una pasta lavorata a mano con una tecnica antica.