

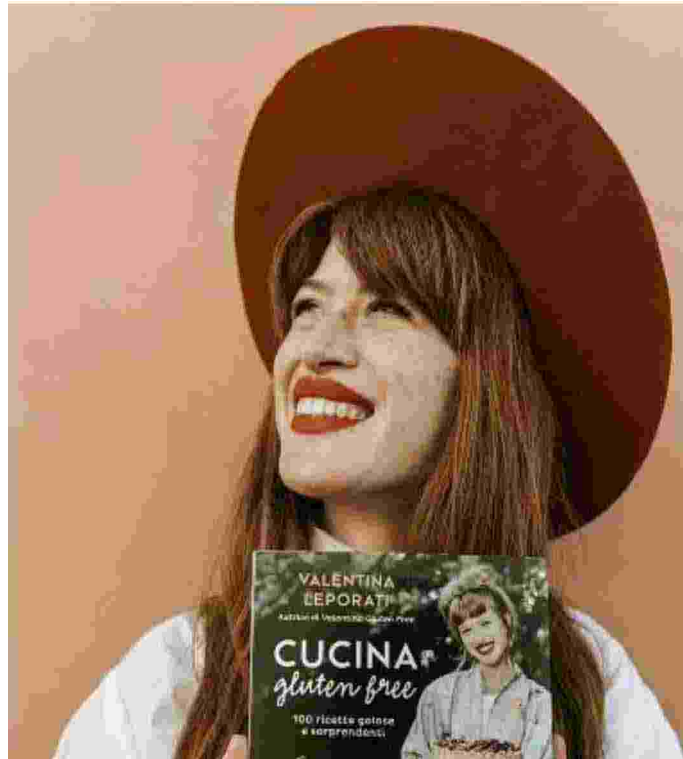
Tutti a tavola con gusto e allegria La celiachia non è più un limite

In un libro cento ricette adatte a tutti perché «non è vero che i piatti senza glutine sono insapori»
Lo firma Valentina Leporati, giovane imprenditrice che ha imparato a convivere con la malattia

di **Elena Sacchelli**
SARZANA

A due anni dal suo libro d'esordio, Valentina Leporati - giovane imprenditrice, panificatrice e influencer sarzanese - da venerdì è tornata con il suo sorriso contagioso a rallegrare gli scaffali di tutte le librerie con 'Cucina gluten free', manuale di cucina senza glutine pubblicato da Vallardi editore e andato in ristampa già al quarto giorno della fase di preordine. Valentina, 34 anni, sta collezionando un successo dopo l'altro grazie alla passione con cui porta avanti la sua mission: divulgare attraverso una molteplicità di canali ogni aspetto della celiachia, malattia che ha caratterizzato la sua vita fin da piccolissima, e insegnare a tutti coloro che ne soffrono a non guardarla come un limite, ma come una particolarità con cui poter convivere serenamente. E se il suo primo libro, 'Valentina gluten free', che univa ricette rigorosamente senza glutine a racconti personali poteva essere considerata una sorta di introduzione al suo lavoro, caratterizzato da diverse sfaccettature, con 'Cucina gluten free' ha compiuto una vera impresa: il libro, rivolto a celiaci e non solo, che conta 100 ricette «golose e sorprendenti» suddivise per portate e arricchite da splendide fotografie.

«Sono grata ed estremamente



emozionata - commenta Valentina - per il successo che sta avendo il libro e per il supporto che mi sta arrivando da ogni angolo d'Italia. Il 5 aprile lo presenterò a Milano nella sede di Eataly e non sto più nella pelle. Essere riuscita a pubblicare con una casa editrice così importante questo libro per me è un traguardo importantissimo, soprattutto perché non esisteva a oggi nien-

te di simile». Un'introduzione alla celiachia e tantissime ricette senza glutine, tutte vegetariane e una buona parte vegane perché ciò che vuole promuovere la scrittrice e imprenditrice sarzanese è l'inclusione.

Tenere alta la curiosità, l'attenzione e la conoscenza della cucina senza glutine per evitare di sentirsi esclusi durante un qualsiasi pasto o una cena al risto-

Valentina Leporati è imprenditrice, panificatrice e influencer sarzanese specializzata nella celiachia

rante, quando spesso i celiaci sono costretti ad optare per portate tristi e prive di gusto, perché quelle sono le uniche alternative disponibili. «Non è vero che i piatti senza glutine sono insapori - ci ha spiegato - e il mio obiettivo è far capire a tutte le persone interessate ad approfondire l'argomento che tutti con un po' di volontà possono cucinare piatti golosi e coloratissimi senza glutine, senza dover rinunciare al gusto».

Il rapporto di Valentina con la celiachia non è sempre stato idilliaco come oggi, lei è stata la prima a soffrire di quella che considerava inizialmente una condanna, ma che nel corso degli anni è riuscita a trasformare in potenzialità. La vita di Valentina Leporati è frenetica ma piena di soddisfazioni, gestisce infatti da sola un'attività in pieno centro a Sarzana dove sforna ogni genere di leccornia gluten free effettuando anche spedizioni in tutt'Italia. Ma non è tutto, oltre ai due libri pubblicati in soli due anni, Valentina dedica molto tempo all'attività sui social network con grande attenzione a Instagram: la sua pagina - che analizza ogni aspetto della celiachia anche con il supporto di professionisti provenienti dal mondo della medicina - conta più di 60 mila follower.

