

# IVG

## Ma tu non hai fame?

di **Marzia Pistacchio**

18 Agosto 2020 - 8:52



LA DIETA MEDITERRANEA. Mia mamma e mia nonna hanno sempre sostenuto che non ci sia sistema alimentare migliore di quello consigliato dalla dieta mediterranea.

Perché, si sa, nella culla della civiltà da sempre si pratica la buona regola dell'equilibrio, della armonia , della morigeratezza.

Abbiamo l'olio, abbiamo la pasta, abbiamo le verdure. Abbiamo una cultura del cibo che viene dalla notte dei tempi. Che altro vuoi di più?

“POCO DI TUTTO” dice nonna, tralasciando di specificare che questo tutto è stato marinato nella sugna, lardellato, e poi fritto, quando va bene una volta, quando va male due volte, in un bagno epocale di olio , EVO, direbbero i gastronomi figli di oggi, di oliva direbbe nonna mia, fino a renderlo croccante, saporito, godurosamente buono , e inesorabilmente GRASSO.

“IN FONDO è SOLO VERDURA” dice nonna, tralasciando di specificare che la povera melanzana è sì nata magra e scevra da ogni caloria , ma che poi è stata rivestita, imbottunata, ricoperta, affogata, ricoperta o avvoltoata o immersa in qualcosa di sicura provenienza porcina, che la rende peccaminosa e capace di farti vincere il campionato mondiale del colesterolosi, categoria professionisti.

“BASTA FARE UN Po' DI MOVIMENTO” dice nonna, tralasciando di specificare che per

smaltire certe tielle di riso , patate e cozze , non basterebbe il cammino di Santiago di Compostela, andata e ritorno , con tuo cugino Nicola legato sulla schiena.

La crescita esponenziale del mio opimo sederone corrispose con l'insinuarsi dei primi dubbi sull'efficacia di suddetta condotta alimentare, dubbi che mi portarono ad avvicinarmi alle diete più disparate.

LA DIETA DEL MINESTRONE. Che a me poi, il minestrone è sempre piaciuto. Già all'asilo quella bella mappazza verdone di verdure coi ditalini mi ha sempre dato un conforto alla pancia indescrivibile. Il minestrone consola, non c'è niente da fare, con la pasta, con un leggero sentore di pesto o, se proprio di vuol godere fino in fondo del suo potere taumaturgico, con un bel quadratino di formaggino Mio mollemente adagiato sopra, una zattera di cremosità e affetto.

Il minestrone è amore. Quindi, mi sono detta, che sarà mai mangiare per due settimane di fila solo minestrone??

"EH,NO"- specifica la tua amica secca -"IL FORMAGGINO NO."

E poi scopri che le patate NO, i fagioli NO, la pasta? MA STAI SCHERZANDO??

Rimane una incolore sciacquatura di piatti nella quale una carota ti guarda galleggiando disperata e sola, implorandoti di farla fuori il prima possibile.

Chili persi : CINQUE. Chili ripresi: NOVE.

IL CENTRO DIETOLOGICO DI GRUPPO. Dopo il fallimento con la dieta del minestrone, e l'ulteriore incremento della superficie calpestable del tuo fondoschiena , mia madre, povera donna, decise che era giunto il momento di fare le cose per bene e mi trascinò al centro Magrella, dove una secchissima e truccatissima segretaria mi convinse che, solo per il fatto di essere lì ,probabilmente ero già dimagrita e, dopo aver fatto firmare millemila bollettini di finanziamento alla suddetta madre, mi trascinò alla bilancia , davanti ad altre venti donne obese in fuseaux (erano gli anno 90 mica c'erano i leggins) e costumino fluo alla Jane Fonda, e comunicò, entusiasta, il tuo peso urbi et orbi come i numeri della tombola a Natale.

Chili persi : NOVE. Chili ripresi : UNDICI....

Fine prima puntata

*"Rosso Pistacchio" è la rubrica di Marzia Pistacchio, che ama definirsi "una truccatrice struccata". Ogni martedì uno spazio al femminile dal taglio volutamente "leggero" in cui parlare a 360 gradi di tutto ciò che ruota intorno alle donne. In salsa savonese, naturalmente. [Clicca qui per leggere tutti gli articoli](#)*