Simone Di Matteo: "Ristoranti vegani in Italia, pochi e cari"

home-eafa38c9

Prima di vederlo in azione a ***Pechino Express*** in coppia con l'amica **Tina Cipollari**, **Simone Di Matteo** era conosciuto soprattutto come autore di *No Maria, io esco* la biografia dedicata all'opinionista di *Uomini e Donne*, nonché ex corteggiatrice ed ex tronista del programma di **Maria De Filippi**. Ora, dopo sette puntate e a un passo dalla finale, lo scrittore e autore televisivo si conferma invece una delle rivelazioni della quinta edizione dell'adventure game condotto da **Costantino della Gherardesca (CLICCA PER LEGGERE L'INTERVISTA)**, in onda su *Rai2* il lunedì in prima serata fino al 14 novembre. E a *MixerPlanet* Simone ammette: "*Pechino Express* è stata un'esperienza molto forte, divertente, ma più faticosa di quanto avessi immaginato".



Simone Di Matteo, che cosa avevi sottovalutato?
Per esempio, che fosse così faticoso rispettare il mio regime alimentare vegano, che seguo da tre anni. All'inizio del viaggio è andato tutto liscio, ma verso la fine del percorso è stata dura. E nell'ottava puntata, in onda lunedì 31 ottobre, dopo un giorno di digiuno forzato e non so quanti chilometri alle spalle mi sono sentito talmente stremato che ho ceduto persino alla tentazione di mangiare un po' di pollo!

Quali benefici hai riscontrato dal regime alimentare vegano?
Mi sento più leggero, più forte e più energetico. Ho sempre goduto di buona salute, ma da tre anni non mi ammalo proprio mai. Nemmeno un mal di gola.

Ti sei rivolto a un nutrizionista per avvicinarti alla dieta vegana?
Assolutamente sì: il fai da te in questi casi è pericoloso. In assenza di competenze serie in materia, è necessario seguire i consigli di un medico.

Parliamo di ristoranti vegani: com’è il panorama in Italia?
Pessimo! Sono pochissimi e carissimi.

Ci sapresti consigliare qualche ristorante vegano?
Pochi! A Milano mi sono trovato bene all’**Alhambra Ristoveg** un locale dall'atmosfera intima con lampade rosse in via San Gregorio 17. A Latina, invece, sono un cliente di **VeggyDays**, specializzato in piatti come cous cous, seitan e zuppe.

Prossimi progetti?
A fine ottobre sarò in libreria con la nuova raccolta di racconti ***L’amore dietro ogni cosa*** (Edizioni DrawUp).

E qual è il link tra cucina e amore?
La passione.