Un caffè con Emanuela Panatta: "Vorrei aprire un localino..."

emanuela-panatta-a-2ff10f4a

Ne è passato di tempo da quando **Emanuela Panatta** ballava in tv a “**Non è la Rai**”. Ballerina, attrice, trainer di gyrotonic, Emanulela oggi è un’artista a tutto tondo, con una forte passione per la scrittura. Tanto che ha pubblicato da poco “**Civico 33**” una raccolta di monologhi di donne pensati per il teatro.

Per la tua professione di ballerina a tavola hai dovuto rinunciare a…?
Premessa importante: per me, la cucina è uno dei massimi piaceri della vita! Adoro sia mangiare, sia cucinare. Mi rilassa e mi fa sentire bene. Detto questo, evito zucchero, farine bianche, pomodoro, condimenti, grassi, burro, glutammato e sono allergica al lattosio. Mangio cibi ricchi di fibre e proteine. Amo quasi tutte le cucine straniere.



Oggi segui una dieta?
Appena sveglia, un limone spremuto a stomaco vuoto dopo 30 minuti colazione. Frutta, verdura, bevo tanta acqua, centrifughe, estratti, succhi naturali, mandorle, noci, curcuma, semi di lino, riso integrale o nero, fibre e proteine. Sono attenta. Il corpo e il metabolismo cambiano soprattutto se non si praticano più 4 ore di allenamento fisico al giorno, come quando lavoravo come danzatrice, tra lezioni di danza classica, moderna, ginnastica acrobatica, sala prove…

L’anno scorso sei stata protagonista della web serie In cucina con i tacchi a spillo per la regia di Francesca Ceci.
Ho preso parte alla puntata pilota nel ruolo di Alice, idea molto carina… piacerebbe anche a me rivederla per ora non è sul web.

Nella vita reale ti è mai successo di sedurre un uomo in cucina???
Devo proprio ammetterlo? Stupisco in diversi modi… ho i miei “assi nella manica”! Cucino con molta cura e attenzione mi servo nei soliti posti di fiducia, sono maniaca degli ingredienti, i miei piatti sono delicati e invento ricette light! Spesso i miei ospiti quando assaggiano i miei piatti non credono che io abbia utilizzato pochissimi condimenti…

Tra i monologhi del tuo libro “Civico 33”, nessuno per caso è stato ispirato, pensato o scritto al bar o al ristorante?
Il monologo di Giulia e la gola è nato in un bar romano mentre ascoltavo una meravigliosa conversazione in dialetto, tragicomica, tra due donne che si confrontavano sull’argomento con toni alti… Giulia appesantita dai cibi che solitamente consuma decide di fare le analisi del sangue: intolleranze e allergie alimentari. Al ritiro dei referti scopre di essere praticamente intossicata dai cibi ingeriti fino a quel momento. Quindi rinuncerà per un po’ ai cibi tanto amati, per poi tornare a non rinunciare più a nulla, fregandosene di non entrare più nella sua taglia 40!

Il bar per te è…?
Il momento della doppia colazione! Si perché quando esco di casa la mattina non resisto, è più forte di me, devo entrare andare al mio Baretto (si chiama così) e prendere un cappuccino tiepido con il latte di soia o un estratto… poi mi siedo leggo il giornale. A volte osservo, altre me ne resto in silenzio, scrivo, incontro gente interessante. Una confessione: uno dei miei posti preferiti resta però il ristorante.

Oggi ti dividi tra Roma, Milano e Berlino: qual è la città più completa a livello di offerta di food&beverage?
Attualmente vivo a Roma. Non credo ci sia una città più completa dal punto di vista dell’offerta, lo sono tutte e tre allo stesso modo. Bisogna solo sapere dove andare. Un detto dice “tutto il mondo è paese”… è proprio vero! E’ fondamentale farsi degli amici del luogo nei posti in cui si sceglie di vivere. In Germania ho frequentato pochissime persone italiane e Berlino è piena di Italiani! In ogni parte del mondo troveremo posti e luoghi adatti a noi. Tutto è sempre soggettivo. Ciò che piace a me potrebbe non piacere a te. Dipende dalla nostra storia personale, dalla nostra personalità, dai nostri gusti… Roma, Milano e Berlino sono città Europee dove si può trovare di tutto. Da noi vince il Made in Italy, la cucina mediterranea tipica delle città e delle regioni.

Uno sguardo a Berlino: idee da importare in Italia in tema di bar, ristoranti e street food?
Di idee ce ne sono sempre molte. Come dicevo, bisogna rispettare i gusti, la cultura del luogo, le esigenze del proprietario… Assieme al mio compagno pensiamo spesso di aprire un localino, mi

piacerebbe che ci rappresentasse, che parlasse di noi. Sicuramente non mancherebbe la musica dal vivo, la cioccolata, un bravo chef, luci soffuse, taglieri di salumi e formaggi selezionati, del buon vino e champagne…

I tuoi indirizzi del cuore a Roma, Milano e Berlino?
Ne avrei moltissimi… A **Roma** segnalo La scala ristorante ai Parioli, ristorante storico, Le Tavernelle in via Panisperna 48, La Montecarlo per la pizza in vicolo Savelli 13, da Felice a Testaccio in via Mastro Giorgio, Bar Freni e Frizioni zona Trastevere, Hang Zhou, ristorante cinese in via Principe Eugenio 82 e Ruyi, altro cinese in via Valadier 14. A **Milano** The Meatball Family in via Vigevano 20, il Baobab in via Eustachi 24, l'Ibiza in corso Garibaldi 108, il Finger's Garden via Keplero 2, El Gaucho in via Carlo D'Adda 11, Il gusto di Virdis in via Piero della Francesca 38, il Gold in via Carlo Poerio, 2/A. Infine a **Berlino** l'Asteria, ristorante Greco in Schoenhauser Allee 143,? la Cucina tipica tedesca di Gorlitzer Strasse 53, il Thomas Eck in Pestalozzistrasse 25, ??il Kuchen Kaiser, tipico tedesco in Oranienplatz 11-13,? St. Oberholz Restaurant in Rosenthaler Strasse 72, dove puoi portarti il computer e rimanere a scrivere per tutto il tempo che desideri.??? Ah, e se invece vi trovaste a **Manchester**, andate all'ABode Hotel: è il ristorante di Michael Caines, uno degli chef imprenditori più famosi del Regno Unito.