


## VareseNews

### «Il pranzo di Natale? Io lo vedo così». Parola di Carlo Petrini

**Pubblicato:** Venerdì 24 Dicembre 2004

Pranzi di Natale: chi meglio del fondatore di Slow Food, **Carlo Petrini**, può dare un consiglio ai nostri lettori? VareseNews lo ha avvicinato in occasione del suo [recente intervento](#) ad un convegno tenutosi presso l'università dell'Insubria e gli ha chiesto qualche consiglio per imbandire la tavola il giorno di Natale.

 «Al posto di scrivere un menù, preferisco limitarmi a dare qualche suggerimento. Rimango in linea con gli orientamenti di Slow Food – spiega Petrini – ovvero consiglio a tutti di organizzare **un pranzo che ricalchi le proprie tradizioni**. Io non conosco le usanze ed i "ritmi" della vostra zona, né i cibi tipici cucinati a Natale. Però posso portarvi ad esempio quello che amo fare io. Da noi, nelle Langhe, sono due i capisaldi che non devono mancare sulla tavola il 25 dicembre: gli **agnolotti in brodo ed il cappone bollito**. Non riesco ad immaginare un Natale senza il cappone. Un altro consiglio che mi sento di dare è: **evitate mangiate luculliane**, che poi sono regolarmente seguite da diete e palestra dove spesso si va contro voglia. È bello riscoprire i piatti della tradizione ma anche rispettare le quantità. I miei nonni **non cucinavano il cappone per abbuffarsi, ma per dare importanza alla propria tavola**».

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)