

## E' varesino lo chef più amato dai celiaci

**Pubblicato:** Mercoledì 28 Ottobre 2009



**Massimo Sola**, 43 anni, è nato a Milano ma vive ad Azzate da sempre e ora a Ternate.

Padre di «**Due figli** meravigliosi, **entrambi celiaci**, di 5 e 10 anni» Come lui stesso spiega, proprio a patire da questa brutta notizia ha costruito la svolta della sua professione. «Abbiamo scoperto i sintomi dell'intolleranza del più grande due anni fa, la bimba invece è asintomatica. Ma abbiamo fatto gli esami anche a lei e abbiamo scoperto che è celiaca anch'essa».

La **celiachia**, quindi, non è solo una voce particolare all'interno delle richieste dei suoi clienti. E' un problema che, innanzitutto, ha vissuto sulla sua pelle. Il che significa che come chef ha sviluppato, anche nei confronti degli altri, una attenzione particolare: «Solo in Italia ci sono **400mila celiaci**, un'esigenza di 290milioni di pasti all'anno».

Così da proprietario di locali e poi da chef, Massimo Sola ha deciso di mettere il proprio lavoro al servizio non solo dei figli, ma di chi ha lo stesso problema. «**Il problema per i celiaci è infido: tracce di glutine si possono trovare dappertutto**. Non si tratta quindi soltanto di usare farine speciali, ma di preparare le ricette in un ambiente non contaminato da farine. E' questa la cosa più difficile, su cui meno si fa attenzione. Per me è diverso, perchè sono un padre: sono io il primo ad essere spaventato e sospettoso quando esco fuori a mangiare con loro. E per questo sto più attento».

Questo però non significa che a tavola un menù da celiaci sia completamente diverso da quello di uno "normale": «Nel mio, la stragrande maggioranza dei piatti può essere mangiata indifferentemente da celiaci e dagli altri clienti. Anche se è meglio che mi segnalino prima il loro arrivo. **I celiaci infatti possono mangiare assolutamente come gli altri**. Assaggiare la cucina creativa, mangiare pasta o gnocchi... **Bisogna solo avere alcune accortezze**. Come lavorare in un ambiente sanitizzato, cioè libero da farine appunto, e pulire tutti gli utensili».

Sola, poi, è riuscito a trovare la sua farina ideale, quella migliore al gusto e che più si avvicina a quella normale: «Ho trovato un mulino a Padova che produce una farina speciale derivata dalle patate molto più buona di quella che si trova in farmacia».

La sua passione l'ha portato a diventare anche una piccola star oltre confine: **ha partecipato** infatti a ben 40 puntate della trasmissione-culto della tivù svizzera **"I Cucinatori"** specializzandosi sempre più nell'argomento celiachia. Tanto che la televisione della Confederazione è arrivata a realizzare un Dvd, con lui protagonista, sull'argomento. Un supporto utile per sbarcare oltreoceano, visto che **il suo prossimo obiettivo è la conquista dell'America** celiaca: «Lì la richiesta, non foss'altro per il più vasto mercato, è più ampia. E la sfida sarebbe interessante: realizzare cibo di alta qualità e sicuro per chi ha questa intolleranza al glutine. La mia più grande scommessa però, è riuscire a realizzare qualcosa che sia buono una volta scaldato al microonde: se non lo realizzi così, non te lo mangiano».

Sola è uno chef "autodidatta": nasce in cucina solo nel 2005. «Ho fatto la scuola alberghiera, ma per maitre di sala. Ho insegnato al **De Filippi** e al Cfp. Poi **ho aperto I 4 mori di Calcinato del Pesce** nel 1994. Ma il mio problema è che non trovavo cuochi come dicevo io: alla fine, con la mia compagna Cristina, abbiamo deciso di entrarci noi, in cucina. Era il 2005 e due anni dopo ho avuto la **stella Michelin**» I 4 Mori è chiuso nell'aprile scorso: nello stesso mese Sola ha aperto un ristorante a Borgio Verezzi, in Liguria. E ora è tornato nel varesotto: da un mese ha aperto il Montelago di Ternate.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it