



# Rencontre avec Chiara, notre guide Senza Glutine

NAPOLITAINE AUX CHEVEUX ROUX ET BOUCLÉS, CHIARA AIME LA MER, LES POISSONS, NAGER ET VOYAGER POUR PRATIQUER LE FRANÇAIS ET L'ANGLAIS, SES DEUX LANGUES PRÉFÉRÉES. CHIARA NOUS A AMENER À TURIN ET À MILAN À LA DÉCOUVERTE DE L'ITALIE GLUTEN FREE. C'EST EN FRANCE QU'ELLE A DÉCIDÉ DE S'INSTALLER DEPUIS PEU POUR COMMENCER UNE TOUTE NOUVELLE VIE AVEC, POUR CENTRE D'INTÉRÊT, LE SANS-GLUTEN. ELLE NOUS RACONTE.

*J'aime remettre ma vie en question et j'accepte les défis que ça comporte parce qu'ils me permettent de découvrir des zones de moi-même et du monde jusque-là inconnues. Le sans-gluten, c'est ça pour moi : un défi qui, en plus, me passionne. Pouvoir montrer à tous que manger sans gluten c'est bon et que ça peut être partagé par des personnes, comme moi, qui n'ont pas le choix, ou par des personnes qui ont le choix. Retrouver ce plaisir du partage de la table, c'est l'un de mes objectifs à travers mon travail, mon blog et tous les projets que je développe autour de lui et grâce à lui.*

## Depuis combien de temps sais-tu que tu es cœliaque ?

*Cela fait dix ans mais en réalité je suis née avec la maladie cœliaque et quand elle a commencé à manifester ses effets plus graves dans mon corps, j'ai passé presque cinq ans à refuser de faire les tests. À l'époque, en Italie, les produits sans gluten n'étaient pas bons et, en plus, on ne pouvait les acheter qu'en pharmacie. Vraiment pas cool !*

## Pourquoi avoir fait du sans-gluten ta profession ?

*Cela a été plus fort que moi. Un jour je me suis retrouvée dans une énième situation de souffrance à cause d'une société qui ne pensait pas aux gens qui ont cette maladie. Et ce jour-là, au lieu de me plaindre, j'ai décidé de prendre ma vie et ma maladie en main et d'en faire quelque chose de merveilleux, avec la volonté de changer ce qui n'allait pas. C'est de cette décision que tout est né petit à petit : le blog Baci di Dama Living gluten free, la distribution de produits italiens sans gluten en France, les food tours sans gluten que j'organise à Paris et en Italie, et bien d'autres choses.*

## Quelle est ta vision du sans-gluten d'hier (quand tu as commencé à manger sans gluten) et de celui d'aujourd'hui ? Et pour demain, que souhaites-tu ?

*Hier, c'était synonyme de solitude et de pas bon. Aujourd'hui c'est bon et ça devient de plus en plus un partage. Demain le*

*sans gluten sera considéré comme une nourriture alternative, à côté de toutes les autres, différente mais tout aussi bonne.*

## C'est quoi pour toi la grande différence entre l'Italie sans gluten et la France sans gluten ?

*En Italie le marché du sans-gluten est plus développé qu'en France et, en général, on a plus conscience de ce qu'est le sans-gluten et de quelle manière le cuisiner, chez soi tout comme au restaurant. Le seul gros problème, à mon avis, c'est que le marché au début a été créé par des firmes pharmaceutiques. La conséquence c'est qu'aujourd'hui, en Italie, "sans-gluten" rime encore trop avec "maladie cœliaque". Imaginez donc que vous prépariez le meilleur plat sans gluten du monde et que, dans la tête de la plupart des gens, il soit associé à une maladie, chose qui ne le rend pas du tout appétissant ! Pour moi c'est un problème de langage et d'image dans un miroir déformant.*

## La meilleure nourriture sans gluten que tu as mangé, c'était où ?

*La pizza d'Antonino Esposito dans le restaurant Acqu'e Sale à Sorrento, la ville de la côte amalfitaine où j'ai grandi. J'ai presque pleuré de joie quand je l'ai mangée pour la première fois. Quel goût et quelle consistance ! La pizza est la nourriture que j'aime le plus au monde !*

Retrouvez Chiara sur son site [bacididamaglutinfree.com](http://bacididamaglutinfree.com) et pour un tour de l'Italie sans gluten contactez là : [info@bacididamaglutinfree.com](mailto:info@bacididamaglutinfree.com)