

IL LIBRO

Come sarebbe il Pianeta se fossimo tutti vegani

DOVREMMO essere tutti vegani? Se lo chiede Molly Watson, storica ed esperta in alimentazione, nel suo nuovo libro pubblicato da **Nutrimenti (pp. 143, euro 15). Per rispondere esamina anzitutto i motivi per rinunciare alla carne e agli altri alimenti di derivazione animale. Quello etico è antico: fu Pitagora, nel 500 a.C., il primo vegano crudista «perché finché l'uomo continuerà a distruggere altri esseri viventi, non conoscerà pace né salute». Poi c'è l'ecologismo: gli allevamenti intensivi richiedono enormi quantità di acqua e producono il 14 per cento dei gas serra derivanti dalle attività umane (al pari dei gas di scarico). Infine, la dieta vegana fa bene anche alla salute: verdure, legumi e cereali riducono colesterolo,**

pressione alta e alcuni tumori. E fin qui è tutto persino troppo convincente. Ma se tutti ci convertissimo, come sarebbe il pianeta? Di sicuro più pulito, con l'80 per cento di antibiotici in meno, e 8 milioni di morti per malattie evitate ogni anno. Però: gli animali selvatici crescerebbero a dismisura, interi settori produttivi crollerebbero, e molte culture ne soffrirebbero. Che ne sarebbe di popoli come gli Inuit o i Masai, che vivono di caccia? E di tanti riti, dal Ringraziamento alla Pasqua ebraica, senza i piatti a base di carne? Conclusione: il pianeta non sarà vegano a breve, e forse mai. Ma per farsi del bene basta poco. Per esempio osservare il lunedì senza carne: lanciato negli Usa nel 2003, sta facendo il giro del mondo. (Cr. Mo.)



Dovremmo essere tutti vegani? di Molly Watson (trad. di Martina Rinaldi, **Nutrimenti**)

