CIBO, RICETTE E PASSIONE NEL BLOG ”LE VALKIRIE IN CUCINA”, SOCIAL FOOD TRA ABRUZZO, LAZIO E MARCHE

21 Gennaio 2018



L’AQUILA – A far scorrere sullo schermo le immagini che riempiono il blog di ricette Le Valkirie in Cucina, ospitato dal portale *www.giallozafferano.it*, si corre il rischio di ingrassare solo guardando le decine e decine di piatti succulenti e gustosi.

Da pagina nata per gioco nel 2014 su *Facebook*, a gruppo social e infine blog, oggi Le Valkirie contano quasi 80 mila seguaci e parlano anche un po’ abruzzese visto che, tra gli amministratori e ideatori, ci sono l’aquilana Marzia Rossi, figlia di Giampaolo Rossi, storico capitano dell’Aquila calcio negli anni Sessanta e Settanta di recente scomparso, e Gianluca Balleri in arte Jean Liuck, di Poggio Picenze (L’Aquila).

Insieme a loro, Cristina Iannetti, marchigiana di Centobuchi (Ascoli Piceno) e Barbara Angelone di Fondi (Latina) e proprio da Cristina è partita l’idea di una pagina social per parlare, sperimentare, suggerire sempre nuove ricette partendo dalle preparazioni base e personalizzandole a seconda dei gusti e delle esigenze.

La pagina si chiamava Pronto in Tavola di Cristina Iannetti e ha cambiato nome con l’arrivo degli altri tre componenti, in breve tempo ha raggiunto un gran numero di follower spingendo così gli amministratori ad affiancarle un vero e proprio gruppo, che conta già 5.133 iscritti.

“In questo modo è più facile interagire, scambiarsi consigli, tecniche di cucina e i componenti hanno una sezione riservata per postare le loro ricette – spiga ad *AbruzzoWeb* Marzia Rossi – E devo dire che dal gruppo ci arrivano molte gratificazioni. Poi c’è il blog, che ogni giorno si arricchisce di nuove ricette dagli antipasti ai dolci al cucchiaio, alle salse, ai piatti per chi è intollerante al glutine. Tutte le ricette le sperimentiamo prima di persona, le testiamo, le modifichiamo secondo la nostra creatività”.

Le tre donne del blog Le Valkirie in Cucina si occupano ognuna di un ‘settore’ culinario mentre tutto lo studio grafico e la parte mediatica è gestita da Gianluca Balleri, che “alterna le giornate mangiando arrosticini e bevendo centerba” come si legge nelle simpatiche descrizioni dello Staff nel blog.

Barbara, che sogna, invece, di “far da giudice ai cuochi Bruno Barbieri, Carlo Cracco e Antonino Cannavacciuolo e maltrattarli dopo la presentazione di ogni loro piatto”, seleziona le ricette senza glutine, per esempio, mentre Cristina, “cresciuta a birra e olive ascolane” è riuscita a realizzare un sushi di wurstel.

“Con il crescere della pagina – spiega ancora Marzia – sono cresciute anche le collaborazioni con le aziende che ci permettono di sperimentare i loro prodotti per realizzare le nostre ricette: farine speciali, formati di pasta, passate di pomodoro, marmellate e confetture, zafferano e prodotti tipici che provengono da tutte le regioni d’Italia come per esempio i pistacchi di Sicilia, la frutta secca, le nocciola, la cioccolata, ma anche tanti prodotti gluten free per gli intolleranti”.

Di Marzia, che la descrizione nel blog dipinge come “caduta da piccolina nel pentolone di 30 chili di amatriciana bollita nella

grappa, che stava cucinando la nonna padovana e ne è rimasta estasiata e per sempre devota alla cucina" invece è la ricetta della torta Valentina, con pere e cioccolato al peperoncino, in ricordo dell'amata sorella, avvocato, rimasta vittima del crollo della sua abitazione all'Aquila il 6 aprile 2009.

"Vorremmo pensare a qualcosa di grande per questo nuovo anno – svela Marzia – Nel frattempo i nostri seguaci ci chiedono di scrivere libri di cucina, di tenere corsi o anche di cucinare per loro e chissà, non si può mai dire".

Questi i link alla pagina https://www.facebook.com/levalkirie/, al gruppo https://www.facebook.com/groups/424069017736786/ e al blog su Giallozafferano.it http://blog.giallozafferano.it/valkirieincucina/.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli