AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

”PASQUA SENZA CRUDELTA”’: L’ANIMALISTA SPIEGA IL SENSO DEL PRANZO VEGETARIANO

5 Aprile 2015



L’AQUILA – Chi salva una vita salva il mondo.

Lo slogan degli animalisti italiani arriva anche sulle tavole imbandite per il tradizionale pranzo di Pasqua.

Il piatto portante è quello dell’agnello, cucinato in tantissime forme e nelle più svariate ricette. Ma che per gli animalisti nasconde una crudeltà senza fine, quella di cui tutti devono essere consapevoli.

Ecco allora le iniziative e i flash mob per sensibilizzare a un’alimentazione “cruelty free” e rispettosa di tutti gli esseri viventi.

“Non mangio nulla che abbia un cuore”è uno degli slogan più noti di chi lotta per i diritti degli animali.

Le cifre che riguardano gli agnelli sono importanti: si parla di 900 mila di questi animali mandati al macello in tenerissima età solo nel periodo pasquale.

“Gli agnellini vengono strappati alle madri prima di compiere un mese di vita – spiega Cristiana Graziani, medico veterinario di Animalisti italiani onlus – Sono poi costretti a fare viaggi terribili in tir stracolmi insieme ad altri agnellini che gridano dal dolore. Poi arrivano in luridi macelli dove vengono accalappiati e fatti scendere da con forza dai camion. Vengono immobilizzati, storditi e sgozzati. Ma siamo sicuri che questi stordimenti vengano sempre effettuati? Il rischio è che non ci sia accuratezza, visto che si tratta di un processo da vera e propria catena di montaggio”.

La paura è che alcuni di loro possano essere ancora coscienti in quei terribili momenti, quando vengono feriti a morte e lasciati dissanguare appesi a un gancio.

Il messaggio degli animalisti italiani è rivolto a tutti i cattolici che ogni anno per tradizione decidono di mangiare un agnellino.

“La reputo una tradizione medievale – afferma la Graziani – Anche San Francesco diceva di non cibarsi degli animali, che sono simboli di amore”.

Dietro lo slogan #savethelamb lanciato dagli animalisti c'è la consapevolezza che salvando anche solo una vita si può cambiare il sistema globale, che secondo gli animalisti genera solo sofferenze.

Facendo appello alla coscienza di tutti, gli attivisti sottolineano che esistono delle alternative che non prevedono la morte di nessun essere vivente.

"Possiamo scegliere di non portare crudeltà e morte sulle nostre tavole a Pasqua – spiega – decidendo di non comprare l'agnello e fare una 'buona' Pasqua buona in tutti i sensi".

La dottoressa Graziani riporta quella che è la sua esperienza di vita per spiegare che eliminare la carne dalla propria alimentazione non è dannoso per la salute: "sono vegetariana da 22 anni, sto per diventare vegana e non ho mai avuto problemi di salute, anzi mi sento meglio e più in forma rispetto al passato. Inoltre, quando vado a dormire la sera sono serena per aver fatto questa scelta etica e morale così importante".

Lei stessa, per il pranzo di Pasqua, opterà per i ravioli con tofu e spinaci, soia e verdure al forno. E un bicchiere di vino "che fa sempre buon sangue", aggiunge.

Sul web sono tante le ricette per una Pasqua "alternativa" alla carne, sia per i vegetariani (che non mangiano carne e pesce) che per i vegani (che non mangiano neanche i derivati di origine animale come latte e uova).

Abruzzoweb suggerisce due alternative di possibile menù, vegano e vegetariano.

MENU DI PASQUA VEGETARIANO
Antipasto: terrina di verdure
Primo piatto: cannelloni ricotta e asparagi
Secondo piatto: uova al tegamino su carciofi
Dolce: pastiera di bulgur

MENU DI PASQUA VEGANO
Antipasto: Farinata mediterranea e quiche di zucchine
Primo piatto: Crespelle con crema di peperoni rossi
Secondo piatto: Spezzatino di seitan con salsa al pomodoro e mix di spezie
Dolce: Panna cotta vegan al cocco con salsa di arance

© 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