



Cucina e filantropia, la bella iniziativa di Alessandra Messina

Si chiama “Cosebuonediale” il sito di cucina della food blogger palermitana, ma la bontà non riguarda solo il cibo. Molte delle ricette pubblicate on line, infatti, sono confluite in due libri la cui vendita è servita a sostenere iniziative di solidarietà.



Alessandra Messina presenta il libro "Cosebuonediale".

Cosebuonediale è il ricchissimo **food blog di Alessandra Messina**, nato nel 2011 con il proposito di dimostrare come mangiar bene non significhi rinunciare al gusto e al divertimento a tavola. Antipasti, primi, secondi, lievitati, condimenti, aperitivi, bevande e tutte le altre preparazioni pubblicate, infatti, sono accomunate dal fatto di essere leggere, sane ma gustose.

La varietà di piatti proposti è davvero ampia, adatta a tutte le stagioni e spazia dalle **ricette etniche** a quelle **vegetariane e vegane**, da **preparazioni gluten free** a quelle ipocaloriche, dalle ricette leggere ad altre più sostanziose e ricche di **superfood**. Un ampio ventaglio è riservato alla "*cucina del senza*": senza uova, senza zucchero, senza ingredienti di derivazione animale, senza burro o latte e così via.

Ma a rendere Alessandra Messina più molto di una food blogger sono le diverse iniziative in cui si è cimentata come quella di scrivere due libri che raccolgono le sue ricette e dalla cui vendita sono state sostenute iniziative socialmente importanti.

Cosebuonediale: Alessandra Messina, il blog e i libri

Classe 1965 e studi giuridici, da molti anni Alessandra pubblica sul suo blog molte ricette di famiglia che rievocano la sua infanzia e che le ricordano tanti momenti trascorsi ai fornelli accanto alla mamma e alla nonna. Ma non si limita solo a ricette tradizionali perchè è animata dalla costante voglia di migliorarsi, studiare e ricercare spezie e ingredienti, spesso non comuni.

Quella della Messina è una singolare combinazione tra la [cucina siciliana](#) e quella orientale. Navigando su **Cosebuonediale** si scorgono foto di ciotole e bacchette, ingredienti della cucina cinese, giapponese e indiana, cereali quasi sconosciuti che inducono a fare ricerche su Google per approfondirne le caratteristiche.

Il lettore viene trascinato nel diario di bordo di una viaggiatrice instancabile, nelle sue foto e negli appunti dei suoi viaggi in Giappone, Cina e Francia.

Non è un caso che lo chef a cui si ispira è il gerosolimitano [Yotam Ottolenghi](#), il cui modo di cucinare per gli altri e di condividere il cibo rappresentano quella gioia del convivio che la Sicilia ha inglobato dalla dominazione araba. È risaputo che il talento di Ottolenghi si esprime attraverso l'accostamento di ingredienti di diverse culture che equivale anche ad unire parti di mondo, modi di vivere e di mangiare.



Alessandra Messina ha seguito studi giuridici parallelamente alla cucina.

La determinazione ha condotto la food blogger a lanciarsi in diverse iniziative come quella di ideare dei piatti particolari, poi **replicati dallo chef di un noto supermercato palermitano**,

oppure ad immaginare un **progetto didattico di cucina condivisa**, ancora in fase embrionale ma da sviluppare con l'amica e avvocato Fina Curcio.

I libri di ricette di Alessandra Messina

Sono **due le raccolte di ricette pubblicate da Alessandra Messina** che ha raggruppato, su carta, alcune ricette già contenute nel blog. Tale collegamento si esprime anche nell'omonimia dei libri con lo stesso blog.

Il primo volume "**CosebuonediAle**" è stato pubblicato nel 2013 e il ricavato delle vendite è stato devoluto al **parroco di Lampedusa per la costruzione di una scuola in Tanzania**.



La copertina di "CosebuonediAle" (Fonte Facebook).

Il secondo libro, che la Messina sta presentando in questo periodo, servirà a raccogliere fondi per la **SPIA**, un'associazione fondata da genitori di bambini affetti da malattie di origine genetica legate al sistema immunitario. Tra gli scopi di SPIA c'è quello di sostenere il reparto di oncematologia pediatrica dell'**Ospedale Civico di Palermo**, che richiede notevoli risorse economiche per garantire un servizio efficiente.

La **Casa di Riccardo** è una delle ultime iniziative dell'Associazione che ha acquistato e ristrutturato un appartamento nelle vicinanze della struttura sanitaria per ospitare bambini malati e le loro famiglie provenienti da altre città.

«Sono stata felice che alla presentazione siano arrivate tante persone – afferma Alessandra Messina – tra cui la presidentessa della SPIA. Volevo proprio che il secondo progetto servisse ad aiutare i bambini e confermasse l'idea di base del mio blog e delle mie ricette, quella secondo secondo cui si può mangiare tutto e bene senza enormi rinunce e sacrifici. Io sostengo che ci si possa divertire anche quando si è a dieta o bisogna mantenere un determinato regime alimentare e questo spiega la varietà di ingredienti e di ricette che io propongo».

Le caratteristiche del secondo libro **Cosebuonediale**

Il secondo libro è stato ancora più elaborato e curato nei particolari. L'autrice si è occupata anche di scattare nuove fotografie dei piatti, sperimentando stavolta l'autoscatto, come mostra la foto in copertina. Per l'impaginazione e la realizzazione dell'opera, inoltre, è stata aiutata dall'amico e grafico **Luca Orlando**.

Un progetto completo e bello, dunque, che non soddisfa solo la gola dei lettori e degli appassionati di cucina. Dietro il semplice gesto di acquistare il libro c'è un'azione nobile e di grande partecipazione emotiva che sono il motore della vita di Alessandra.

Il libro è attualmente in distribuzione presso i seguenti locali e ristoranti di Palermo:

- Ristorante Alias – Via Messina 38 A
- Erboristeria I Fiori Blu – Via Sammartino 57
- Prospero – Enoteca Letteraria, Via Marche 8
- Cosè – Via Gioacchino di Marzo 43

Blog CoseBuonediale

[Sito web](#)

Data di creazione

17/12/2018

Autore

clarissa-iraci