

Pietro Leemann

# «Djokovic, il mio amico vegano che vinceva grazie al cibo sano»

«La sorgente della vita», «Una porta per il paradiso», «Sorella luna»: lo direste mai che dietro questi nomi si celano piatti profumati, coloratissimi, autentiche opere d'arte che al contatto col palato esprimono un'armonia di gusti straordinaria ed esaltano sapori raffinati? Benvenuti nel regno del Joia, ristorante sito nel cuore di Milano, premiato con una stella Michelin e diretto da un cuoco ticinese, Pietro Leemann, che elegge anche la spiritualità ad ingrediente della sua cucina. Qui carne e pesce sono banditi, come tutti gli altri alimenti di derivazione animale, con l'eccezione del formaggio, che lo chef affina personalmente in un grotto della sua Vallemaggia. Basta varcare la soglia del ristorante, dove sarete accolti tra varie opere d'arte orientali, per capire che il Joia non è un ritrovo per buongustai come gli altri, ma una sorta di regno dell'equilibrio e dell'armonia, sicuramente il punto di arrivo di un lungo percorso formativo che Leemann, classe 1961, ha intrapreso imparando a rispettare la natura e proponendo una dieta sana.

■ «Sono diventato cuoco per passione. Angelo Conti Rossini, grande chef ticinese, era un amico di famiglia e mi ha aiutato in tutti i passaggi importanti della carriera. Mi ha portato da Girardet a Crissier e da Marchesi in Italia. Io, poi, ho vissuto in Oriente e sono diventato vegetariano. Il nostro cantone che pur amo, e dove vivo quando non lavoro, mi stava però un po' stretto: quando ho aperto il Joia, 26 anni fa, era difficile proporre un ristorante vegetariano da noi e ho deciso di tentare l'avventura a Milano. Mi piaceva il posto e l'assonanza col Ticino».

**Come si è smarcato dalla grande cucina di tipo tradizionale, dai Conti Rossini, Girardet e Marchesi?**

«Una persona deve seguire un suo percorso individuale e cercare di fare quello che le corrisponde. Sentivo di dover pensare alla cucina in modo diverso, più responsabile e salutare. La grande cucina è sicuramente buona, ma trascura gli aspetti legati all'equilibrio. Inoltre sono molto amico degli animali e così, appena ho potuto, ho spiccato il balzo e creato una mia linea».

**Possiamo definirla una sorta di precursore?**

«No, perché la cucina vegetariana ha un grande tradizione. Pensiamo all'Hiltl a Zurigo, che esiste da 130 anni, o alla cultura vegetariana millenaria giapponese o indiana. In Occidente però la cucina vegetariana offriva sicuramente una visione salutista, etica e anche amica degli animali, ma poco gourmet e quindi proponeva piatti sani, ma punitivi. La rivoluzione, per me, è stata creare una cucina per buongustai, capace di dare piacere all'ospite».

**Possiamo sempre fidarci di quello che ci viene proposto a tavola?**

«Rispetto a 25 anni fa le persone sono diventate molto più attente ed esigenti. Osservano, hanno imparato a leggere le etichette, cercano il cibo a chilometro zero, vogliono conoscere il contadino. Se il consumatore cambia, anche il mercato deve fare questo passo e non per nulla Coop ha aperto un ristorante vegano a Zurigo. Ci si può fidare? Bisogna guardare in faccia le persone che ci stanno davanti, in ambito alimentare come in ogni altro settore della società».

**Cosa dice a chi sostiene che la cosiddetta dieta mediterranea sia la miglior risposta ai nostri bisogni?**

«Penso che la dieta di ognuno debba essere legata a una scelta individuale e quindi che occorra chiedersi se ciò che mangiamo è ciò che ci corrisponde. Non sempre questo accade e non sempre la cucina vegetariana è quella più adatta a noi. La riflessione è indispensabile, ma la cucina vegetariana, o tendenzialmente tale, è quella che più risponde ai criteri di modernità, perché è salutare e salvaguarda l'ambiente».

**Lei come sceglie i suoi prodotti e i suoi produttori?**

«Negli anni ho creato una rete di vere e proprie amicizie. La maggior parte dei cibi che utilizzo provengono da contadini vicini che producono per me. È tutto biologico e in più abbiamo anche un nostro orto».

**A Milano?**

«In realtà è a Cascina Caremma, vicino ad Abbiategrasso. Si tratta di un orto in agricoltura sinergica e oggi per esempio alcuni dei cuochi sono là a zappare. A turno ci andiamo un po' tutti, è molto divertente». Zappare è un'attività fisica e questo ci permette di fare un collegamento con lo sport. Se le dico che trent'anni fa il piatto

TESTI DI  
**TARCISIO BULLO**  
FOTOGRAFIE DI  
**ALESSANDRO CRINARI**



## Visto da vicino

Pietro Leemann ha un'aria misteriosa, emana un magnetismo che viene da lontano.

Perché si fa presto a dire che è cuoco, o chef, che è la forma più nobile con cui definire chi sta ai fornelli, ma questo lo-carnese cittadino del mondo si porta appresso un vissuto pesante come l'enciclopedia Treccani. La cucina è il suo habitat, certo, ma è un ambiente aperto, sferzato dalle correnti d'aria del sapere che deriva dalla voglia di Leemann di approfondire, studiare, andare oltre l'evidenza dei fatti. Così, la pentola di Pietro non è ricca solo di cibo, ma di sapere. E infatti il nostro, tra le tante cose fatte nella vita, ha trovato anche il modo di studiare psicologia e filosofia, mentre dai suoi viaggi in Oriente ha portato a casa molti elementi della

consigliato agli sportivi d'élite prima della partita era costituito da spaghetti e bistecca ai ferri cosa mi dice?

«Che è un disastro dal punto di vista alimentare. Conosco sportivi che praticano sport di lunga distanza i quali non sono solo vegetariani, ma pure vegani. Lei sa che da Girardet c'era davvero la passione per lo sport? Ognuno di noi, della brigata di cucina, praticava un'attività sportiva quasi in maniera elitaria. Su 25 cuochi, cinque erano nell'élite svizzera della corsa a piedi, del ciclismo o dello sci di fondo. Anch'io ho sempre fatto sport e continuo a praticarne, ma allora avevo poco più di vent'anni e digerivo anche i sassi. È opportuno dunque che la mia alimentazione sia cambiata».

**Chi sono i suoi amici sportivi d'élite vegani?**

«Un nome per tutti: il tennista Novak Djokovic. Ha persino aperto un ristorante vegano a Montecarlo. Aveva delle grosse intolleranze alimentari, ma da quando è diventato vegano il cibo per lui si è trasformato da problema in opportunità, permettendogli di migliorare le sue prestazioni e vincere tanto».

**Che rapporto ha con lui?**

«È un cliente del Joia e per me è una persona eccezionale, molto profonda. Spesso chi fa delle scelte di vita - sportive, alimentari, spirituali - ha una mente molto aperta. Nole ha fatto una scelta molto consapevole, ha assunto la responsabilità di quello che noi siamo: la salute è nelle nostre mani».

**Che sguardo ha sullo sport?**

«Mi piacciono gli sport veri, quelli che permettono a chi li pratica di divertirsi. Gli sport troppo importanti cambiano le persone, fanno perdere loro il piacere di praticarli: penso al calcio, ma anche al tennis e altri. Amo gli sport in solitaria dove c'è una sfida con se stessi, ma anche una relazione profonda con la pratica sportiva e l'ambiente».

**Cosa consiglierebbe come dieta a chi pratica molto sport?**

«Prima di tutto di conoscersi bene, perché ogni fisico è diverso dall'altro. Il classico panino con la mortadella quando si va in montagna è la peggior risposta che potremmo dare alle nostre esigenze di nutrizione. L'alimentazione è individuale e mi sembra che lo si sia capito: adesso anche nello sport si ricorre spesso al dietologo per personalizzare la dieta».

**A parte Djokovic c'è un altro sportivo che quando è in campo potrebbe distogliere la sua**

attenzione dai fornelli?

«Non mi pare. A parte Nole, ho trovato pochi sportivi coi quali avere delle affinità. Anche se è uno sportivo indiretto, nel senso che fa l'allenatore, sono però amico di Pier Tami, col quale sono andato a scuola assieme. Ogni tanto ci frequentiamo ancora. Mi piace seguirlo, sono contento quando ha successo, è un tipo con cui si può parlare in maniera franca, ho sofferto quand'era al Grasshopper, sono felice del suo approdo a Lugano e gli auguro ogni bene».



1. 16.10.2015  
**Franco Ambrosetti**
2. 11.11.2015  
**Daniele Finzi Pasca**
3. 22.12.2015  
**Mons. Valerio Lazzeri**
4. 31.12.2015  
**Lorenzo Albrici**
5. 12.02.2016  
**Franco Gervasoni**
6. 09.04.2016  
**Dany Stauffacher**
7. 27.05.2016  
**Wolfram Merkert**
8. 30.09.2016  
**Daisy Gilardini**
9. 19.11.2016  
**Piero Martinoli**
10. 16.12.2016  
**Bruno Giussani**
11. 28.01.2017  
**Ottavio Lurati**
12. 02.03.2017  
**Fides Baldesberger**
13. 04.04.2017  
**Tiziano Moccetti**
14. 01.06.2017  
**Mauro Dell'Ambrogio**
15. 24.06.2017  
**Renzo Ferrari**

ventare quello che sono». Anche nel rapporto con la natura Pietro Leemann trova una dimensione quasi spirituale. Ama stare a lungo con se stesso, solitudine e silenzio per lui non sono nemici.

«Una volta sono stato in Canada e mi sono fatto lasciare su un lago abbandonato, facendomi riprendere dopo tre settimane. Ho fatto dei sabbatici in baite di montagna senza avere in giro anima viva: solo silenzio e rapporto con la natura, ciò che mi ha permesso di capire di più della mia vita e fare delle scelte» racconta Pietro, che da Milano segue le vicissitudini dell'Ambri con qualche preoccupazione e strizza l'occhio alla nazionale svizzera multi-etnica: «Sì, mi piace. È un po' come il cibo... Anch'esso col passar degli anni è diventato multi-etnico».