

[Intervista ad Antonella Ferrari, attrice e scrittrice.](#)

scritto da Enzo Radunanza | 01/06/2015



Intervista ad Antonella Ferrari, attrice e scrittrice milanese. Mentre sta girando i teatri con lo spettacolo “Più forte del destino”, ci parla del suo lavoro ma soprattutto del suo rapporto con il cibo e la cucina.

Presentare [Antonella Ferrari](#) non è necessario perché è un personaggio amatissimo dal pubblico che, da molti anni, ha imparato ad apprezzarla in Tv e al cinema. Definirla non sarebbe nemmeno semplice perché l'Artista milanese è tante cose insieme: ballerina, attrice, scrittrice, giornalista, ambasciatrice dell'[AISM \(Associazione Italiana Sclerosi Multipla\)](#) e *testimonial* del progetto

“Donne Oltre”, che sostiene la ricerca e l’assistenza per ammalati e disabili.

Ma soprattutto, **Antonella Ferrari**, è una donna dal carattere forte e straordinario che ha trasformato la sua vita in un esempio di come si possa convivere con una malattia (la Sclerosi Multipla) e concretizzare, comunque, i propri sogni e progetti.

In occasione dello spettacolo **“Più forte del destino”** in scena a **Modena il 7 giugno** alle ore 21.00 presso il Teatro Storchi, Antonella ha accolto il mio invito e mi ha rilasciato una piacevole intervista per La Gazzetta del Gusto. Ho scoperto una donna dalla semplicità disarmante che non mancherò di andare ad ammirare in teatro.

Ben trovata Antonella e grazie di averci concesso questa opportunità. Sono sfacciato e Le chiedo se ci possiamo dare del Tu, anche perché La Gazzetta del Gusto è un blog di enogastronomia e ci diverte creare un clima informale.

Figurati, dammi pure del tu! Per me è sempre un piacere parlare dello spettacoloanche con gli amici che ci stuzzicano la fame come te!

Domenica 7 giugno sarò..sarai.. al Teatro Storchi di Modena con “Più forte del destino”, uno spettacolo di grande successo tratto dal tuo omonimo libro che affronta, con sagace ironia, i difficili argomenti legati alla disabilità. Come ci riesci?

Faccio l’attrice da più di venti anni. È il mio lavoro ed è, soprattutto, la mia grande passione. Questo spettacolo, poi, è il mio fiore all’occhiello! Piace tanto alla gente e ogni sera per me è una grande emozione.

Di cosa parla lo spettacolo esattamente?

Semplicemente di me! E’ tratto dal mio libro! Sul palcoscenico faccio di tutto: ballo, canto, faccio ridere, faccio riflettere e faccio anche un pò commuovere sul finale. Racconto il cammino lungo venti anni per la diagnosi di sclerosi multipla, racconto il mio passato di ballerina e racconto gli stereotipi legati alla disabilità. La parte dedicata al mondo dello spettacolo diverte sempre tanto il pubblico! Prendo in giro i *talk show* e quella voglia spasmodica di far piangere l’ospite.

Parliamo di sogni, un argomento che mi piace molto affrontare e su cui vorrei la tua opinione. Cosa rappresentano i sogni per te e come si portano avanti, nonostante le avversità della vita?

I sogni sono alla base di ogni cosa, almeno per me. Nel mio caso realizzarli è stato terapeutico. Diventare un’attrice contro tutti e tutto è stato il più bel sogno realizzato. Bisogna sempre avere un sogno da realizzare; ti aiuta ad alzarti al mattino con uno scopo ben preciso.

A che punto è la ricerca sulla Sclerosi Multipla?

Fa grandi passi avanti. Non si sa ancora quale sia la causa della malattia ma sulle cure si stanno facendo passi da gigante. Un neo diagnosticato può, grazie alle cure, non conoscere mai da vicino l’invalidità più dura.

Ritornando al nostro blog che si occupa di alimentazione, com’è il tuo rapporto con il cibo? Lo consideri un piacere o semplicemente ti “nutri”?

E’ un grande piacere. Io amo mangiare ma, per colpa della terapie, il mio metabolismo è cambiato quindi ingrasso subito. Devo sempre stare attenta ma... a volte cedo e sgarro alla grande!

Anche dopo aver scoperto la tua malattia hai continuato a danzare e, come tutti possono notare, sei in splendida forma oltre che bellissima. Come gestisci la tua dieta e l’attività fisica?

Quando facevo la ballerina potevo mangiare qualsiasi cosa e non ingrassavo di un etto. Poi con

l'arrivo del cortisone nella mia vita sono arrivati anche i chili di troppo e rimanere in forma non è per nulla facile. Ho l'insulina alta quindi devo principalmente tenere a bada lei che mi fa ingrassare.

Sei di origini milanesi. Cosa apprezzi della gastronomia lombarda e quali sono i tuoi piatti preferiti?

Io adoro la cucina milanese. Mia madre fa una "Cassola" da sogno. Io ho imparato da lei a cucinare e ora tutti mi chiedono il risotto con l'osso buco o la Cassola proprio perché Sono stra buone.

Viaggiando spesso per lavoro, ti capiterà di degustare le varie cucine regionali italiane. Qualche preferenza?

Amo la cucina romana anche se in ogni regione so apprezzare i piatti tipici. Sono una buona forchetta! Quando vado in Sardegna non posso ripartire senza mangiare il Purceddu.

Fammi il nome di tre alimenti a cui non potresti rinunciare?

Pane, frutta e dolci.

Ti piace cucinare?

Moltissimo! Quando il lavoro me lo permette mi diletto in cucina e tutti mi dicono che sono brava. A Natale preparo più di 400 ravioli fatti a mano, senza contare tutti i dolci.

Oggi molti chef diventati famosi, sono molto apprezzati dalle donne. Ti piace che un uomo cucini per te?

Mio marito se la cava in cucina ma mi fido di più se cucino io! Sono molto esigente e poi lui fa la pasta ma io sono sempre a dieta!!!

Anche da recenti inchieste appare sempre più importante capire come e cosa mangiamo, da dove provengono i cibi che portiamo in tavola e come vengono allevati gli animali. Cosa ne pensi e qual è il tuo approccio in questo senso?

Amo fare la spesa comprando cose biologiche ma non riuscirei mai a diventare vegana o vegetariana. Cerco di mangiare cose sane ma alla carne non riesco proprio a rinunciare.

Hai mai pensato di scrivere un libro sull'alimentazione anche in riferimento ad alcune malattie? La tua ironia e la tua straordinaria capacità di comunicare sarebbero ingredienti eccellenti come veicolo di informazione senza risultare mai banali.

Non l'ho mai pensato, non ne ho le competenze, Ad ognuno il suo mestiere e io sono più credibile come attrice.

Torno a ringraziarti e ti saluto chiedendoti dei tuoi prossimi progetti, dopo lo spettacolo teatrale "Più forte del destino".

Lo spettacolo continua ad essere molto richiesto ed è al centro dei miei progetti. Per il resto, preferisco non dire nulla per scaramanzia ma qualcosa di bello bolle in pentola.... Tanto per rimanere in tema!

Ricorda ai lettori quanto costa il biglietto e come prenotare un posto per lo spettacolo

La serata è ad ingresso gratuito ed è possibile prenotare al numero 059.2136021.