EL POU de la gallina
Revista manresana d'informació i opinió

Consells | Blanca Soler | Actualitzat el 18/03/2022 a les 09:56

?A Manresa no hi ha plats sense gluten ni lactosa

Als restaurants de Manresa escassegen els plats sense gluten ni lactosa. N'hi ha pocs que ofereixin un menú apte per a aquelles persones que són intolerants al gluten i a la lactosa (ser intolerant al gluten significa no poder consumir res que contingui farina de blat, i lactosa res que s'elabori amb llet de vaca o derivats). Així doncs, molts restaurants presenten un menú diari de tres plats de primer, tres de segon i tres de postres, entre els quals els intolerants al gluten i la lactosa es veuen limitats a escollir només una opció.





Anar a un restaurant és sinònim d'assaborir una experiència, de premiar-te amb aquest petit luxe de compartir entre amics, companys de feina, la família o la parella. L'objectiu és fruir de l'estona, ser ben atès com a client i gaudir de plats innovadors que t'ensalivin el paladar. Tot i això, per als intolerants al gluten i a la lactosa l'experiència és reduïda. En diverses ocasions, acaben menjant una amanida de primer, un peix a la planxa de segon i una fruita de postres, com si estiguessin a règim. Potser fins i tot els valdria més la pena quedar-se a casa, que segur que tenen més recursos per menjar que en un restaurant. De vegades, els cambrers ofereixen una amanida com a alternativa perquè cap altre plat dels que ofereixen a la carta és apte per a ells. Per tant, seria de gran valor poder gaudir d'uns canelons gratinats amb dolça beixamel i la seva carn gustosa al bell mig de Manresa, o bé d'un mos de xocolata en acabar el dinar.

«Pocs restaurants manresans adapten la seva oferta amb textures sense gluten»

D'uns mesos ençà, restaurants del barri antic com El Golut i el Porta Ferro estan adaptant les seves textures arrebossades amb farines de cigró i arròs, és a dir que no contenen gluten. Moltes vegades, per trobar aquest tipus de restaurant que cuinen una carta sencera amb una vintena de plats per escollir i que siguin aptes per a intolerants, cal desplaçar-se fins a la capital catalana. A Barcelona hi ha molts racons amb cartes sense gluten, com ara Flax and Kale, Honest Greens o Väcka, on poden tastar plats principals i postres sense haver de patir per si el seu plat contindrà alguna traça.

La manca de plats adaptats a la nostra ciutat limita les possibilitats de les persones intolerants com a consumidores, ja que les seves possibilitats es van retallant quan llegeixen les cartes dels restaurants manresans.