

LE CONFIDENZE DI STEFANO

Il segreto? Niente dolci, tanto prosciutto

«A forza di mangiar prosciutto, a Regina Coeli, sono diventato un figurino...». La battuta ironica, riferita a Gente da fonti vicine al finanziere, sarebbe di Stefano Ricucci, che in carcere ha perso 12 chili. Sua mamma Gina aveva provato a fargli avere lasagne al forno, ma ha dovuto incassare il divieto delle autorità carcerarie. Così, d'accordo con lo "spesino" di Regina Coeli, non gli ha fatto mancare l'amato prosciutto e la bresaola. Alla quale Stefano ha aggiunto l'insalata, noto alimento ipocalorico, prevista nel menù del carcere. Niente dolci, pochissima pasta per l'immobiliarista che l'anno scorso, il 9 luglio, impalmò all'Argentario l'attrice Anna Falchi. Ma Ricucci non è il solo tra i furbetti del quartierino ad avere lasciato sul terreno, oltre alle cariche onorifiche e agli emolumenti, anche un po' di ciccia!

Sergio Billé, presidente della

Confcommercio, "licenziato" dopo lo scandalo bancario che ha coinvolto anche Giampiero Fiorani e il governatore di Banca Italia Antonio Fazio, è dimagrito di almeno 5 chili solo per aver

Anna Falchi e Stefano Ricucci al ristorante.

rinunciato alle pantagrueliche cene organizzate dalla compagna Cecilia Bottaro. Due erano i ristoranti preferiti da Ricucci e Billé: "La Pergola dell'Hilton" e "Il Bolognese" di piazza del Popolo. Spesso alla compagnia si univano Franco Tatò e Sonia Raule, amici dei Billé. A fine pasto, immancabili, i cannoli siciliani prodotti dalla pasticceria di Billé: Sergio ne mandava in giro tantissimi (una volta ne fece arrivare anche a Cernobbio a un seminario dello studio Ambrosetti) ma il suo "cliente" più affezionato era proprio Ricucci. Eliminati i dolci, Stefano, come ha detto lui stesso alla mamma, è diventato un figurino. (m.s.)



per Ferragosto, la "dieta Mariani", ispirata al nome del direttore della casa circondariale dove è dimagrito Ricucci. Tutti vogliono conoscere, anche nei particolari, il menù del carcerato: l'idea di perdere peso con una dieta "galeotta" sembra essere diventato il gioco più intrigante dell'estate.

Ne vale la pena? Che cosa mangiano i detenuti a Regina Coeli? Esiste una "dieta Mariani"? Gente ha chiesto, e ottenuto, di entrare nel carcere più antico di Roma, per sapere se davvero, dietro le sbarre, si tira la cinghia al punto di perdere, come è successo a Stefano Ricucci, più di quattro chili al mese, dodici in 87 giorni. Le sorprese non sono mancate: il menù esiste sul serio, programmato anche nei minimi particolari. E, almeno sulla carta, appare perfino "ben bilanciato", come ci ha testualmente dichiarato il nutrizionista Nicola Sorrentino, al quale l'abbiamo sottoposto per un parere tecnico (pubblichiamo una prima parte della dieta a pagina 68).

Il dottor Mauro Mariani, 53 anni, ci riceve nel suo ufficio al primo piano di Regina Coeli, impeccabile nel suo blazer blu, cravatta e righe gialle e arancioni, gioviale e per nulla imbarazzato: «Qui non abbiamo segreti, vi porto a vedere le cucine, ci lavorano decine di reclusi, vengono pagati per fare da mangiare e devo dire che sono anche piuttosto bravi: sfornano ogni giorno circa 3 mila pa-

sti per gli attuali 934 ospiti. Comprese le diete personalizzate per i ricoverati in infermeria. Poi, per i reclusi di fede musulmana, sono previste razioni speciali, senza carne suina».

Dunque, l'amministrazione carceraria passa tre pasti al giorno, colazione, pranzo e cena. Stando alla descrizione che risulta nei documenti ufficiali, i menù risultano variati. Sono previsti spiedini di pollo, frittate, risotti, spaghetti alla carbonara, fusilli alle melanzane,

