

## Questo sesso è una vera golosità



Un libro appena uscito propone irresistibili menu abbinati a consigli di seduzione. Per ricordare che il cibo riaccende l'eros

di Flora Casalinuovo

10/5/2007

 **Cibo ed eros: ne stiamo parlando qui**

Peperoncino piccante e verdure, unite a formare un **cuore malizioso**. È l'immagine che campeggia sulla copertina de **L'amore goloso** (Tea), il nuovo libro firmato dalla scrittrice **Roberta Schira** e dallo chef **Allan Bay**. L'argomento? L'accoppiata vincente sesso e cibo, che da decenni solletica il nostro immaginario. Nel volume gli autori propongono decine di **menu sfiziosi** e a ognuno abbinano rituali e tecniche di seduzione per un dopo cena ad alto tasso erotico. Ma qual è il segreto del binomio tavola e passione? "Le due attività sono quasi in simbiosi e il motivo ha origini lontane" spiega **Marco Rossi**, sessuologo e fondatore del Centro di **medicina sessuale** di Milano. "Basta pensare che il primo contatto di un bambino è la poppata e il piccolo mangia, succhia, dal seno materno che, in fondo, è un organo sessuale". Da sfatare, invece, la leggenda dei poteri afrodisiaci degli alimenti. "Certo, spezie, piatti piccanti e caffè hanno un effetto vasodilatatore che può aumentare l'eccitazione, ma non è scontato" precisa l'esperto. "Fragole o crostacei, poi, non fanno salire il desiderio perché la **quantità** di sostanze benefiche contenute sono veramente **irrisorie**". Non si discute, invece, la capacità afrodisiaca della tavola dal punto di vista **simbolico**. La carne, per esempio, evoca forza e potenza, mentre le forme di determinate pietanze richiamano quelle di alcune parti del corpo.

Ma c'è anche molto di più. "**Mangiare** è un'**azione seducente**" sostiene Marco Rossi. Prima di tutto, diventa una scusa per passare tempo insieme, dialogando e **giocando in totale scioltezza**. Una considerazione banale a prima vista, ma che si rischia di dimenticare per lo stress e gli obblighi quotidiani. "Invece è un'ottima idea proporre al partner di consumare le **portate accovacciati insieme su un morbido tappeto**, gustando ricette e bevande con **estrema calma**" consiglia il sessuologo. "E giocando a sedurlo, magari con uno sguardo intenso mentre si brinda o assaggiando il menu con fare ammiccante". E questo potrebbe essere solo l'inizio. Perché non imboccarsi a vicenda o sorprenderlo con **baci, carezze e massaggi** tra un piatto e l'altro? "Con un contesto del genere, il rapporto intimo acquisterà **più passione** e coinvolgimento" conclude il sessuologo. "Perché i cibi agiscono positivamente sull'umore, stimolando la produzione di serotonina che regala soddisfazione ed energia. E le **gioie di gola** rendono tutti i **sensi più attivi e recettivi**."