

# COME USARE LE BACCHETTE CORRETTAMENTE

Adori il cibo asiatico, e vorresti viverlo a pieno riuscendo a mangiare come un vero esperto, utilizzando le bacchette? Alcuni giurano che il gusto delle pietanze sia addirittura più buono, e tu vuoi verificare questa teoria senza sembrare un imbranato. Altri ancora la fanno apparire come una pratica semplicissima, ma quando ci provi tu finisci inevitabilmente per chiedere al cameriere una forchetta.

È arrivato il momento di mettere da parte quella forchetta una volta per tutte e iniziare a destreggiarsi con le bacchette.

## Parte 1: il Movimento



**Prendi in mano la prima bacchetta e posizionala tra pollice e medio.** Tieni la mano rigida per avere una presa migliore. Lascia che la parte finale della bacchetta si appoggi tra pollice e indice. Appoggia poi la parte anteriore e sottile della bacchetta sull'estremità del tuo anulare e tienila ferma con il dito medio. Dovrebbe risultare virtualmente immobile. Assomiglia molto al modo in cui impugnare una penna, ma leggermente più in basso. Qualcuno potrebbe preferire tenere la bacchetta con l'anulare, e tenerla ferma con la punta dell'indice.

## Parte 2 : la Seconda bacchetta



**Con il dito indice e il pollice tieni ferma la seconda bacchetta.** Questa è la bacchetta che si muove. Appoggia il pollice sul lato della seconda bacchetta, cosicché possa rimanere posizionato sulla prima. Cerca di trovare una posizione confortevole e sufficientemente rilassata. Assicurati che le due estremità più sottili delle bacchette risultino alla stessa altezza per evitare che si incrocino e per riuscire ad avere una buona presa sul cibo. Per mantenerle allineate, puoi utilizzare la superficie del tavolo come base di appoggio. Se le bacchette non sono pari, risulteranno difficili da gestire.

## Parte 3 : fai pratica



**Fai pratica, aprendo e chiudendo le bacchette tentando di raccogliere dei piccoli oggetti.** Assicurati che le punte non si incrocino troppo spesso, se non vuoi rischiare di rimanere a stomaco vuoto. È solo la bacchetta superiore che si sta muovendo? Perfetto! Se ti è di aiuto, puoi provare a far scorrere la tua mano lungo la bacchetta per sperimentare diversi tipi di presa, ricordando però di mantenere la stessa posizione delle dita. Alcuni trovano più facile un'impugnatura vicina alla base, altri invece preferiscono una presa più alta.