

Monaco di Baviera, ottobre 2019

**Il 1° novembre è il World Vegan Day****Ecco la Top 10 delle città più vegan friendly d'Italia**

Secondo i dati Eurispes, il numero di italiani che nel 2018 dichiara di aver scelto di eliminare la carne dai pasti è pari al 7,3% della popolazione: il 5,4% degli italiani è vegetariano, mentre il restante 1,9% si dice vegano. La risposta del mercato al trend alimentare è immediata in molte città d'Italia. Bar, ristoranti e negozi non si lasciano scappare l'occasione ed adattano il menù per poter soddisfare le esigenze di questa nicchia di mercato: dalle merendine alle alghe fino alle patatine di cavolo fritto, nel Bel Paese non manca proprio nulla. Ecco perché [Holidu, il motore di ricerca per case vacanza](#), ha voluto effettuare un'indagine per ricercare quali sono le 10 città più vegan friendly d'Italia. La classifica mostra quali sono le città con il più alto rapporto tra numero di abitanti e numero di bar e ristoranti in città offerenti un menu vegano o vegetariano.

**La top 10 delle città più vegan friendly d'Italia****1. Bologna 4,13 ristoranti / 100.000 abitanti**

Al primo posto in classifica, ecco una bella sorpresa: il capoluogo emiliano, terra del ragù, della mortadella e di tutte le prelibatezze culinarie possibili e immaginabili. Nonostante la sua tradizione decisamente non vegan, Bologna offre ai suoi cittadini e ai turisti la più ampia varietà di scelte vegetariane e vegane d'Italia, con ben 19 ristoranti in totale!

**Botanica Lab €€€:** In centro a Bologna ci sono ben due Botanica Lab, uno più indicato per un pranzo e l'altro per una pausa rilassante o una colazione. In questi due locali, dal menu completamente plant-based, la cucina vegana diventa creatività e sperimentazione, in un ambiente moderno e chic! Da provare: gli spring rolls vegan (5€). [botanicalab.com](http://botanicalab.com)

**2. Piacenza 4,85 ristoranti / 100.000 abitanti**

La medaglia d'argento se l'aggiudica un'altra città emiliana, Piacenza per l'esattezza, con un totale di 5 ristoranti esclusivamente vegan o vegetariani. Nonostante le prelibatezze piacentine, in cui la carne fa da regina, tra cui la trippa, il coniglio o lo stracotto, anche chi segue una dieta vegan troverà non solo pane per i propri denti...ma anche piatti deliziosi!

**Fala'feel €:** Se si parla di cucina vegan, ma senza rinunciare al gusto, la scelta giusta sono i falafel! Le deliziose polpette di legumi, erbe e spezie, vengono servite anche a Piacenza, da Fala'feel. Qui sarà possibile gustarli in un wrap o in una bella piadina. Da provare il falafel sandwich (6€). [facebook.com/falafeelveganfastfood](https://www.facebook.com/falafeelveganfastfood)

### 3. Firenze 4,73 ristoranti / 100.000 abitanti

Firenze si guadagna la terza posizione con 18 ristoranti vegan e vegetariani. Qui si celebra uno dei piatti toscani più conosciuti non solo in Italia ma anche internazionalmente: la fiorentina. La carne in generale è un ingrediente che non manca quasi mai sulle tavole toscane, un po' come il vino, eppure c'è possibilità anche qui di degustare pietanze vegetariane e vegane!

**Brac Libreria €:** A due passi dall'Antico Vinaio, ecco una scelta decisamente più green! Brac è una libreria, un luogo d'incontro, di pensieri e di buon cibo...esclusivamente vegan e delizioso oltre misura. Qui sarà possibile mangiare primi, secondi e anche dolci, da provare il piatto unico da comporre con un'insalata, uno sfornato e un primo piatto (15€). [libreriabrac.net](http://libreriabrac.net)

### 4. Vicenza 4,48 ristoranti / 100.000 abitanti

La città di Palladio si aggiudica il quarto posto in classifica, con un totale di 5 ristoranti. Vicenza è famosa in tutta Italia per alcune prelibatezze, come la sopressa vicentina o l'oca in onto, ma non si tira indietro neanche quando si tratta di piatti vegan. Chi si trova a visitare questa bellissima città veneta non resterà di stucco solo per l'architettura, ma anche per la varietà di piatti!

**La Locanda del Gusto €€:** A due passi dal centro storico, si trova la Locanda del Gusto, un ristorante vegan, piccolo e accogliente, dove in cucina ci si diletta con pasta di farina integrale, gnocchi, tortelli e dolci fatti in casa. Qui è possibile pranzare anche con l'amico fido! Da provare le lasagne vegetariane, si dice siano paradisiache! [facebook.com/pg/locandadelgusto](https://www.facebook.com/pg/locandadelgusto)

### 5. Bergamo 4,13 ristoranti / 100.000 abitanti

Al quinto posto si trova Bergamo, in Lombardia, che offre un totale di 5 ristoranti esclusivamente vegetariani o vegan. Qui la cultura del cibo è un connubio tra tradizione e modernità: chi vorrà abbandonare i casoncelli alla bergamasca o la polenta, accompagnata con carne o formaggio, potrà infatti scoprire piatti decisamente deliziosi, senza abbandonare la propria dieta green.

**Flower Burger €:** Questa catena di fast food è presente in tante città in Italia, anche a Bergamo in pieno centro! Qui la carne viene sostituita da tofu, hamburger vegetariani e funghi, senza rinunciare a varianti coloratissime e gustose. Da provare è proprio il cherry bomb (9€), ripieno di pomodori confit e un burger di lenticchie e un *bun* fucsia molto instagrammabile! [flowerburger.it](http://flowerburger.it)

### 6. Monza 4,05 ristoranti / 100.000 abitanti

Per il sesto posto ci troviamo ancora in Lombardia, a Monza per l'esattezza, dove in totale i ristoranti vegan e vegetariani sono ben 5. Nonostante la prelibatezza dei piatti a base di carne della cucina monzese, tra cui il risotto con la luganega, chi vuole abbandonare i prodotti di origine animale nella propria dieta, non avrà alcun problema!

**Kilometro Bio €€:** Vicino al Duomo, in un cortiletto in pieno centro, si trova Kilometro Bio. Si tratta di un ristorante, che promette di "apparecchiare un angolo di felicità", dove poter assaggiare piatti prelibati, 100% bio e vegan. La scelta è davvero difficile, tra primi piatti, spuntini e dolci, farsi consigliare dalla gentilissima proprietaria, Barbara, sarà d'obbligo! [kilometro-bio.business.site](http://kilometro-bio.business.site)

### 7. Torino 3,51 ristoranti / 100.000 abitanti

Torino non è solamente una delle città con la più vasta offerta dedicata a turisti e cittadini vegani, è anche, a livello mondiale, una delle città più attive nella promozione della dieta vegetariana e vegana. Forse è proprio per questo che occupa la settima posizione nella Top 10 delle città più vegan friendly d'Italia, con un totale di 31 ristoranti.

**Verdi d'Indivia €:** Ecco una vera chicca vicino al Palazzo Reale di Torino. Verdi d'Indivia, oltre al simpatico nome, offre un'ampia scelta di piatti vegetariani e vegani, che cambiano ogni giorno! Tre scelte nel menù costano 7€ in totale, mentre la soddisfazione, che avrete in questo posticino accogliente non ha prezzo! [facebook.com/pg/verdidindivia](https://www.facebook.com/pg/verdidindivia)

### 8. Siracusa 3,29 ristoranti / 100.000 abitanti

All'ottavo posto ecco l'unica rappresentante della cucina isolana: Siracusa, che con un totale di 4 ristoranti porta alto l'onore della regione Sicilia in campo di dieta vegana. Qui le prelibatezze culinarie variano dal pesce fritto alla salsiccia al finocchio, anche se la scelta non manca per chi ha deciso di dire no agli alimenti a base di prodotti animali.

**MOON €€€:** Questo locale ad Ortigia è davvero unico nel suo genere. Qui i piatti vengono preparati sul momento e la musica dal vivo rende ogni pietanza ancora più saporita. Gli ingredienti utilizzati provengono da agricoltura bio e sono prevalentemente della zona, oltre a dolci, formaggi vegan, marmellate e pesti tutti di produzione propria! [moonortigia.com](https://www.moonortigia.com)

### 9. Modena 3,24 / 100.000 abitanti

Al penultimo posto torniamo in Emilia-Romagna, con Modena, che conta 6 ristoranti vegani o vegetariani in città. Qui dove la cucina emiliana trova espressione in pietanze tradizionalissime come i tortellini in brodo e lo gnocco fritto, anche i turisti vegan friendly potranno dare sfogo al loro amore per il cibo, in tanti ristoranti prelibati.

**Bottega Vegana €€:** Poco distante dall'Accademia si trova Bottega Vegana, che estende il concetto di cucina bio e green a colazione, pranzo e cena, ma senza rinunce! Qui le materie prime fanno da padrone in un mix tra cultura locale e rispetto per l'ambiente. Da provare i dolci di produzione propria, tra cui crostate (4,50€) e torte crudiste (5€). [bottega-vegana.it](https://www.bottega-vegana.it)

### 10. Ancona 2,97 / 100.000 abitanti

Chiude la Top 10 Ancona, con un totale di 3 ristoranti in totale. Città portuale e capoluogo delle Marche, qui la cucina a base di pesce è un must...oppure no? Sembrerebbe proprio che le cose siano cambiate e che mangiare vegan sia di moda anche ad Ancona! Rinunciare a fritti misti e baccalà non sarai mai stato più semplice.

**Zazie €:** Nel cuore del centro storico di Ancona si trova Zazie, che si definisce un "laboratorio creativo", dove vengono creati snack e drink a base di verdura. Tra prelibati cereali, pasta integrale, birra e vini a km 0, qui la cultura culinaria marchigiana cambia davvero aspetto e diventa green e succulenta! [lazazie.com/laboratori/ancona-corso-giuseppe-mazzini/](https://www.lazazie.com/laboratori/ancona-corso-giuseppe-mazzini/)



### **Riguardo a questo studio**

I dati presentati in questa indagine sono stati raccolti in ottobre 2019 grazie a [www.happycow.net](http://www.happycow.net), sito specializzato in alimentazione vegetariana e vegana. Per la classificazione delle città si è scelto di calcolare il rapporto tra il numero di abitanti di ogni città ed il numero di ristoranti esclusivamente vegani o vegetariani.

Per maggiori informazioni su Holidu, consulta il nostro sito [www.holidu.it](http://www.holidu.it)

### **Contatto:**

**Elena Rita Paolo**, PR & Online Marketing Manager

**Tel.:** +49 89 215 57 14 24

**E-mail:** elena-rita.paolo@holidu.com

### **Seguici su:**

**Twitter** [www.twitter.com/Holidu](https://www.twitter.com/Holidu)

**Instagram** [www.instagram.com/holidu/](https://www.instagram.com/holidu/)

**Facebook** [www.facebook.com/holiduit/](https://www.facebook.com/holiduit/)

**Linkedin** [www.linkedin.com/company/holidu/](https://www.linkedin.com/company/holidu/)

### **Riguardo a Holidu**

La missione di Holidu è di rendere finalmente facile la ricerca e la prenotazione di case vacanza. Il suo motore di ricerca di case vacanza permette ai viaggiatori di prenotare l'alloggio ideale al prezzo più basso. L'azienda aiuta anche i proprietari di case vacanza a moltiplicare le loro prenotazioni con meno lavoro attraverso il suo software e la sua soluzione di servizio sotto il marchio BookiPLY. I fratelli Johannes e Michael Siebers hanno fondato Holidu nel 2014. La startup in forte crescita ha sede a Monaco di Baviera e ha uffici locali nelle destinazioni di viaggio più interessanti d'Europa. Per ulteriori informazioni, consultare <https://www.holidu.it/> e <https://www.bookiPLY.it>.