Szenvedélyes kapcsolatom a főzéssel évtizedekre nyúlik vissza, már gyermekkoromban az életem részévé vált, ami odáig fajult, hogy 2011-ben nyitottam egy főzőiskolát és egy lakáséttermet.

Ebben az időszakban sokkal inkább az ízek, mint az egészségtudatosság határozta meg a repertoárt, de 2013-ban egy autoimmun betegségg

el (Hashimoto) diagnosztizáltak, és az alapjaiban változtatta meg étkezési szokásaimat. A gyógyszeres kezeléseknek köszönhetően jobban lettem, de a sok tünet nem tűnt el. Jobb napokon interneten böngésztem, rengeteg tudományos cikket és receptem olvastam angol nyelven. Látva az erősen korlátozott alapanyag használatot, először eluralkodott rajtam a pánik - jön a fényevés? A glutént, a cukrot és a tejtermékeket el kellett hagynom. Elkezdtem recepteket tesztelni, növényi lisztekből kenyeret sütöttem, tojásfehérjéből túrót varázsoltam, növényi tejeket kutyultam, amiből aztán joghurt és tejföl készült. A változást durván fél év elteltével kezdtem észrevenni magamon. Eltűnt, és soha többet nem tért vissza a fejfájás, több energiám lett, mint huszonévesen, valamint jelentősen csökkentek az emésztési panaszok.

2016 márciusában egy rendezvényen összeismerkedtem az akkor megújult BBC good food magazin főszerkesztőjével. Szó szót követett, és azóta glutén-tejtermék-és cukormentes rovatot írok a világ egyik legszínvonalasabb gasztronómiai havilapjában.

Az, hogy ennyire jól lettem, akkora lökést és motivációt adott, hogy mindenkivel meg akartam osztani a tudást. 2017 év végén a barátnőm átküldött egy álláshirdetést, melyben az állt, hogy a Metodic Vital Kft. receptfejlesztőt keres. Annyi megjegyzést fűzött a linkhez, hogy „ Anikó, ez te vagy”. És tényleg én voltam. Addig is tisztában voltam azzal, hogy a világ tele van allergiásokkal, cukorbetegekkel, inzulinrezisztensekkel, glutén-és laktózérzékenyekkel, de amióta a Metodicnál dolgozom, még inkább szembesültem a ténnyel, hogy rengeteg embernek szüksége van segítségre, mivel tudom, milyen érzés azzal szembesülni, hogy vége a pazar lakomáknak, csak salátalevél van és párolt hal. Az életemet tettem föl arra, hogy egyik fő örömforrásunk, az evés ne minősüljön át gyógyszeres kezeléssé. Ennek szem előtt tartásával igyekszem a lehető legjobb recepteket összeállítani, és mindent megtenni azért, hogy a konyhánkon készült ételek diétázók és nem diétázók számára egyformán finomak legyenek. Rengeteg olyan eset van, amikor az embereknek búcsút kell inteniük az addigi megszokott étkezési szokásoknak, és emiatt teljesen kétségbe esnek. Tudom, hogy milyen érzés, és az hogy most már én is segíthetek nekik, hihetetlenül jó érzéssel tölt el, nem beszélve arról, amikor a visszajelzésekben a Metodicnak hálálkodnak javuló állapotukról és a fogyással kapcsolatos sikerélményükről.