

Sommario Rassegna Stampa del 18/12/2005

Testata	Titolo	Pag.
IL MANIFESTO	<i>ASSAGIRO DEL MONDO</i>	2

Assaggio del mondo

di Geraldina Colotti

Si parte da Roma, alla ricerca di buona cucina per piccole tasche. Ma è ancora possibile trovarne dopo l'avvento dell'euro? A giudicare dall'ingiustificabile aumento dei prezzi, al mercato come a tavola, sembra difficile. Difficile mangiar bene con l'equivalente in euro di 20-30 mila lire, come si poteva fare fino a otto anni fa. Con la stessa cifra, oggi, ci scappa al massimo una pizza con birra e dolce, e senza troppo badare alla qualità dell'offerta. **PappaRoma**, la piccola guida di Luca Zanini e Barbara Ghinfranti, edita da Terre di Mezzo, ha invece deciso di "sfidare la categoria degli osti", proponendo 100 ristoranti di qualità, a buon prezzo. Trattorie, osterie, enoteche e wine bar... Si va dagli 8-10 euro ai 20-30, ma sempre per un primo e un secondo, e senza il vino. Gli stomaci capienti, insomma, si facciano la pastasciutta a casa. E i bevitori si limitino a un buon bicchiere (*PappaRoma* consiglia anche quelli): sui vini, purtroppo, picchiano forte quasi tutti i ristoratori.

► Indica invece solo il costo medio del pasto, l'**Assaggenda 2006**, edita da Sinnos, un'agenda culinaria che propone un "assaggio del mondo": in 365 giorni, 52 ristoranti e 104 ricette di cucina etnica, ma anche uno schema delle principali festività secondo le principali culture del mondo, tratte dal **Calendario interculturale 2006**. Ogni settimana, inoltre, compaiono due ricette, inviate dal ristorante in base al menù proposto: Ingera e Zighini di manzo dall'Eritrea, agnello con le prugne dal Marocco, crema di ceci dal Libano... A Milano (via Roma, 103), c'è anche un ristorante maya, Terre di Muan. La cucina maya si basa principalmente sull'axiote, una pasta ottenuta dai semi rossi della pianta

di annato, proveniente dal Sudamerica. Costo medio, 35 euro.

► Happy hour con buffet (a 5 euro), cioccolatini e ogni genere di leccornie si trovano anche nella guida di **Nina 2006**. (Vipsania, email: info@vipsania.com). Il rapporto qualità-prezzo è indicato e verificato da un pool di redattori qualificati, coordinato da Daria Lucca. **Nina**, però, non è una guida gastronomica. Il cibo, il vino, la gelateria o il banco di formaggi, sono piccole tappe di un viaggio - "otto passeggiate di charme" -, a caccia "del meglio". Al centro, "una Roma bella e facile". Ma poi, bisogna andare a cercare "il particolare, la storia, l'arte". E qui la guida offre percorsi e appuntamenti che è impossibile dimenticare e, a compendio, indirizzi e orari dei più significativi musei e delle aree archeologiche. Arte, gioielli e griffe, ma anche maglie e magliettine e accessori di gusto ma di piccolo prezzo. E una meravigliosa torta allo zabaione, da gustare giocando a indovinare, fra le pagine, i personaggi del cinema che hanno visitato le più belle strade di Roma, immortalati dal "re dei paparazzi" Rino Barillari.

► Vi sentite comunque tristi, desolati e avviliti? Provate a "spararvi una traboccante porzione di cavolo". Un vero superortaggio. Rigenera, rilassa e regola il sistema neuronale. Aiuta a smaltire le sbornie più grosse e compensa lo stress intellettuale. Gli antichi romani lo chiamavano "il medico dei poveri", in grado - secondo Plinio - di curare anche l'afonia e la sordità. E ne facevano abbondante uso a fine pasto, consumandolo crudo e intinto nell'aceto. E ancora oggi, nei paesi dell'Est, dopo aver esagerato con la vodka, si ricorre alle foglie di cavolo crudo. Ne dice un gran bene anche Elisabetta Valentini, autrice del libro **Cucina stupefacente** (Castelvecchi),

che lo consiglia centrifugato o preparato secondo la ricetta Delizia del Centurione. Il volume di Valentini, si presenta come "introduzione alla Neurodietologia" (con tanto di tabelle nutrizionali e dati antropologici), e si rivolge ai "nuovi stati alterati di coscienza" di quella parte di mondo "che non ha problemi di fame e di sopravvivenza". Fra le ricette stupefacenti, riso integrale e carote per gli attaccabrighe, piatti allo zenzero, miele e noci, per chi desidera che l'amato bene cada fra le sue braccia come una pera cotta.

► Due cuori... e un peperone anche nel libro di Roberta Schira **L'Amante goloso** (Ponte alle Grazie), ideato "con lo zampino di Allan Bay". Due cuori e... una cipolla, anzi, perché il libro è concepito recto-verso: da una parte consiglia "come sedurre lei a tavola" e ci mette anche "intriganti consigli per il dopocena", dall'altra il bersaglio è lui. Da una parte, la copertina ha un cuore rosso fatto di cipolle, dall'altra è disegnato da due verdi peperoncini. Ricettine piccanti per Mammoni, Coatti, Belli, Dannati, Etniche, Sportive, Materne o Competenti: gratin di patate appassionato, lecca-lecca alle noci, lonza dell'omo vero, poppata primordiale, ma anche culatello e insalata di cappone. Il massimo, però, è la... cipolla. Servita all'indiana. Ma va mangiata in due. Per l'amato bene, altrimenti, sarebbe micidiale.

► **Da leccarsi i baffi** è invece l'odore che arriva dal passato, e anche il titolo di un'antologia di scritti di Mario Soldati su "vino, cibo, olio (e acqua)", proposta dalla casa editrice Derive Approdi. Odori e sapori di un'Italia genuina, raccontata dallo scrittore torinese, nato nel 1906 e morto nel '99. Amante della buona cucina e del buon bere, Soldati

ha anticipato una tendenza letteraria che oggi dilaga nel Belpaese. I Viaggi nel gusto, nel costume e nella letteratura, compiuti dallo scrittore nel corso degli anni, portano dalle Alpi al Gennargentu, dal Vulture alla Sicilia, nelle trattorie dei *viveurs* di allora e in quelle degli operai. A Napoli, la trattoria dove si mangia meglio è quella dove “non c'è niente da cucinare”, i migliori spaghetti sono quelli di Eduardo, e cioè “al sugo di pesce senza pesce” e il vino buono sembra irreale. Ma esiste ancora il Gragnano, il tradizionale vino dei “veri napoletani”? Esiste “o vino e' zi Canonico” che porta pace ma anche smania?

► E se le lasagne fossero state inventate dagli inglesi? Roba da far rizzare i capelli a uno stuolo di cuoche bolognesi. Una curiosità da prendere “cum grano salis”, ma – a leggere un antico testo di cucina

comparso nel Medioevo -, sembra possibile. Sia come sia, l'autorevole manuale sfata un pregiudizio: gli inglesi sapevano distinguere un raviolo dal cappuccino. Anzi. Influenzati dalla cucina araba come gli italiani (ma non la Francia), ai tempi di Re Riccardo II d'Inghilterra (un buongustaio) erano già cuochi raffinati. Lo dimostra **The forme of Cury**, uno dei più significativi ricettari medievali a livello europeo, pubblicato ora a cura di Constance B. Hieatt da Guido Tommasi editore. E fra le ricette scelte e interpretate da Stefania Barzini – che dice di avere aggiunto solo un po' di bechamel – ci sono ravioli e lasagne. Con tanto di parmigiano reggiano. Anche quello opera della Perfida Albione?

► L'ultimo capitolo del libro **Contro i gourmet**, del compianto Manuel Vazquez Montalban (Frassinelli) è rivolto “agli uomini del futuro”. Dappertutto, dice Montalban, il pasto è un “insieme cosmopolita in cui è rappresentata, con i suoi prodotti, ciascuna parte del mondo”. A Parigi, poi, era così già a metà del secolo XIX. Allora, prendendo in esame un menù popolare elaborato nelle locande francesi, templi della ristorazione di massa di allora, Brillat-Savarin, constatava che ben pochi prodotti potevano considerarsi soltanto

francesi. E' così in tutto il mondo, tranne che negli Stati Uniti, nota però lo scrittore. Certo, nei supermercati nel Nordamerica si trova di tutto, ma la tendenza è alla massificazione, “secondo lo schema della cultura imperiale”. Nel futuro, comunque, avremo altri... insetti da pelare. Secondo una ricerca del National Geographic Magazine, scarseggeranno alcuni beni primari e avremo di fronte una “cucina della necessità”. Abbonderanno solo il lievito, le alghe, la soia, i concentrati proteici e... gli insetti. La nuova frontiera culinaria? Pidocchi della Birmania o scarafaggi di New York...

► Una cucina d'alta classe, a base di vermi o pidocchi, è però già stata inventata nelle trincee paradossali di **Achtung Sturmtruppen**, storico fumetto di Bonvi, che torna nella Bur. “E adesso cos'hai da protestare sui meravigliosi, succulenti spaghetti che ho preparati oggi?”, urla perciò il cuoco delle Sturmtruppen. “Protesto per il fatto che i suoi succulenti spaghetti si sono avvinghiati alla mia forchetta e non me la vogliono ridare!”, risponde il soldato. Al valoroso rinforzo italiano, invece, è appena stato offerto un vero pranzo pantagruelico. Perché, allora, sta vomitando? Il fatto è che il valoroso “rinforzo” ha appena appreso dal “capitano” che quel pranzo sarà l'ultimo: è stato destinato a una missione suicida... Le trincee di Bonvi, alludono al nazifascismo e alla Seconda guerra mondiale. Ma il grottesto manipolo di soldati “talmente sottomesso da non sembrare vero, talmente ottuso da sembrare verissimo” - come scrive Silver nella prefazione -, parla anche al presente: un presente in cui il “soldato” getta un seme, e fa nascere un fiore... di filo spinato.

► Ma se siete “buongustai rispettosi degli animali e dell'ambiente”, e cioè vegani, inutile anticipare il voltastomaco, anche gli insetti possono vivere tranquilli: Emanuela Barbero, Alessandro Cattelan e Annalaura Sagramora, autori del poderoso volume **La cucina etica** (Sonda), con le alghe e con la soia sanno fare miracoli. In un tripudio di tofu, patate o zucchine, propongono oltre 700 ricette, introdotte da Marinella

Correggia. Emanuela Barbero (medico chirurgo) e Luciana Baroni (nutrionista nonviolenta), replicano poi con un altro gustoso tomo, **Curarsi con la cucina etica**, sempre edito da Sonda. Qui le ricette vegetariane sono abbinate a tabelle nutrizionali e a vere e proprie diete per curare alcune patologie quali ipertensione, obesità, ictus, legate spesso a cattive abitudini alimentari. Ricco, in entrambi i volumi, il repertorio di immagini a colori, che mostrano come questa cucina alternativa sia tutt'altro che monotona e triste.

► Nel bel volume **La fame aguzza l'ingegno** (Elèuthera), anche il milanese Andrea Perin ricorda che ogni piatto è un esempio di “meticciato culturale stratificato nei secoli”. In Italia, beviamo tè che è una bevanda indiana, caffè che viene dalla penisola arabica, aggiungiamo zucchero che per la prima volta è stato raffinato in India, mangiamo pane importato dai Greci nell'Italia pre-latina, yogurth, vitto dei poveri in Turchia, oppure spinaci, originariamente importati dal Nepal... La cucina dei poveri ha viaggiato nel mondo, insaporita di nuovi sapori, ma non ha mai potuto raccontarsi. Nei secoli passati, il cibo (scarso) delle classi subordinate, prevalentemente analfabete, non era oggetto di interesse. La scarsa alimentazione delle popolazioni non abbienti provocava, semmai, qualche slancio filantropico, come quello del medico Paolo Mantegazza che – racconta Perin – verso la fine dell'800, tornato da un viaggio nel nord-ovest dell'Argentina, propose di inserire le foglie di coca – già così benefiche per le fatiche degli indios – nella dieta degli operai. Com'era allora la cucina dei poveri? Perin ha ritrovato dei vecchi ricettari di guerra, editi tra il 1916 e il '17, e ha deciso di sperimentarli con gli amici: “Ricette della prima guerra mondiale? Ma cosa ci fai mangiare, i topi morti?” hanno esclamato gli invitati. Ed ecco che Perin si mette a immaginare uno stuzzicante seguito del volume centrato sul ruolo del topo nell'immaginario culinario... ●

**PER CHI È IN PARTENZA
E PER CHI RESTA A CASA,
ECCO DEI LIBRI DA METTERE
SOTTO IL BRACCIO
COME UNA BAGUETTE
E DA DIVORARE
APPENA SEDUTI.
PER MEGLIO PREPARARSI
AL 2006**

