

Il cibo flessibile

di Geraldina Colotti

Il gioco della matrioska con libri da mangiare. Da strane storie di consumi alimentari all'industria della perdita di peso dai fatturati record, dal cibo etnico non divorato all'invenzione di Kumari...

paure e l'incertezza di un presente privo di orizzonti. Predomina la spesa veloce per il pranzo a tempo di record della donna che lavora. L'individualizzazione dei pasti, l'esistenza dei single, cambiano le modalità di acquisto e quelle della socialità, favoriscono il proliferare di momenti di consumo brevi, mobili e occasionali. A fronte di un mercato che espone quantità di beni dai contenuti simili fra cui è difficile scegliere, emerge la figura del consumatore esperto, attento e "consapevole" dei processi di produzione e dell'impatto ambientale. Nel quadro dell'innalzamento generale dei prezzi delle materie prime, finisce l'epoca del cibo a buon mercato e, "s'inverte una tendenza al ribasso in atto da cinquant'anni". Così, se nel '75 ai consumi alimentari andava quasi il 35% delle spese delle famiglie, "oggi l'incidenza è scesa al 19%". L'umanità è sempre più grassa per il consumo di "cibo-spazzatura" e per quello di carne, la cui domanda cresce in base al benessere delle popolazioni, e fa salire il prezzo e il costo energetico: un pasto con carne e altri ingredienti di importazione - ricorda l'autrice - produce nove volte l'anidride carbonica di uno vegetariano preparato con cibi locali. Eppure non vi sono segnali di un'inversione di tendenza, anche per via del costo di frutta e verdura: che aumenta, insieme all'obesità e al giro d'affari della ObesEconomy, l'industria della perdita di peso (49 miliardi di dollari annui).

"Il consumo di carne nei ricchi paesi industrializzati è la causa principale della fame nei paesi poveri", denuncia anche **Il libro che le multinazionali non ti farebbero mai leggere**, dell'ecologista austriaco Klaus Werner-Lobo (Newton Compton). Per nutrire 1,3 bovini da macello viene infatti utilizzata circa la metà della produzione mondiale di cereali (circa 600 milioni di tonnellate). Una quantità di cereali sufficiente a sfamare un numero di persone dieci volte maggiore rispetto all'attuale, dice l'ecologista. La fame non è un destino, ma il risultato della globalizzazione capitalista, che obbliga i cosiddetti paesi in via di sviluppo a produrre beni da esportazione a scapito della sovranità alimentare.

Un meccanismo che Batuk, sfortunata protagonista del romanzo **Il quaderno azzurro**, di James A. Levine (Piemme), sta scontando sulla propria pelle. Nella Suite della Tigre, a Mumbai, Batuk guarda la colazione, la più sontuosa che abbia mai visto, ma non vi presta attenzione. Sarebbe più felice con il *chai* dolce, la pasta di soia della mamma e il pane *naan* caldo con l'olio. Ma poi la fame ha il sopravvento e la ragazzina si getta sul cibo con entrambe le mani. Raccoglie con il pane le uova gialle strapazzate e si infila tutto in bocca, impiasticciandosi la faccia. Batuk è stata venduta a un bordello quand'era ancora bambina e da allora non ha conosciuto che violenze e brutture. Du-

Fra tentazioni light e trasgressioni bonsai, nostalgia per l'antico sapore e sorpresa per la ricetta inusuale, il cibo contemporaneo riassume i tratti dell'epoca attuale, flessibile e ambivalente. Sul filo di questi due concetti, si articola il saggio della sociologa Maura Franchi, **Il cibo flessibile** (Carocci), un'analisi delle tendenze che attraversano il rapporto con l'alimentazione. Raccogliendo l'invito, seguiamo anche noi la stessa traccia in un gioco a matrioska fra le pagine dei saggi e dei romanzi.

Compulsivo o frammentato, il cibo riflette i ritmi dell'attività lavorativa, sublima le

rante un ricovero in ospedale, ha imparato a scrivere su un quaderno azzurro, dove lascerà traccia della sua breve e tragica esistenza. Levine, medico impegnato contro lo sfruttamento del lavoro minorile, ha scritto la storia di Batur ispirandosi a un fatto di cronaca.

Otto brevi reportage compongono invece il libro di Arnaldo Greco, **Nomi, cose, città**, edito da Fandango. Un "viaggio nell'Italia che compra", da Caserta a Milano, da Venezia a Roma, fra diete da campioni e ricette della nonna, cibo "ibridato" e cibo-spazzatura. Il consumo biologico? Difficile orientarsi, però bisogna osare "ma se un tuo dipendente non può andare a pisciare durante un turno di 8 ore, non me ne frega un cazzo che fai il burro biologico", scrive l'autore. Fra gli argomenti proposti, la truffa del latte in polvere e le sirene del marketing che insidiano le neo-mamme all'uscita dalla sala-parto, e trasformano l'individuo in consumatore, fin dai primi vagiti.

Yogourt, barrette e inganni che alimentano l'industria del benessere, sono invece oggetto d'indagine del volume **Il trucco della bellezza**, di Laura Bruzzaniti, edito da Nuovi Mondi. Dopo il Mulino Bianco, l'Alixir di lunga vita, un "concetto di cibo funzionale, portato al limite estremo". Non si tratta più di un singolo prodotto, ma di un programma alimentare completo, che propone cibi diversi da assumere nel corso della giornata seguendo l'imperativo del benessere: per avere un cuore sano, un intestino regolare, per rallentare l'invecchiamento o rafforzare le difese

immunitarie. Per promuovere Alixir – dice Bruzzaniti – la Barilla non ha badato a spese: pubblicità sui giornali, nelle librerie, spot e poster negli aeroporti di Linate e Fiumicino, "esperti di nutrizione" per spiegare le meraviglie del programma. Finché, qualche mese dopo il lancio, "su segnalazione dei Nas di Parma e e dell'Unione consumatori, l'Autorità ha aperto un procedimento per pratica commerciale scorretta..."

Nei negozi e nei supermercati, l'offerta di cibo si sta modificando anche in funzione della presenza dei lavoratori immigrati. Eppure, solo il 2% degli italiani consuma regolarmente cibi etnici, il 13% lo fa saltuariamente e l'84,7%, mai (a differenza del 4,9% degli spagnoli, del 6,2% degli inglesi, del 10,8% dei francesi, e del 16,6% dei tedeschi, che solo nella proporzione di 24% non ha mai mangiato cibo etnico). Lo attesta un sondaggio Censis del 2006, riportato nel volume di Andrea Perin, **Ricette scorrette** (Eleuthera). Perin, architetto museale che vive a Milano, ha raccolto dalla voce degli immigrati "racconti e piatti di cucina meticciasca" attraverso brevi interviste, realizzate nel corso del 2008. Il Cavolo nero con cocco grattugiato (400 grammi di cavolo nero, 1 cipolla, 4 cucchiaini di cocco grattugiato, pepe, olio di oliva) è un'invenzione di Kumari, che ha lasciato lo Sri Lanka da 18 anni, ma quando parla delle spezie del suo paese, il volto le si illumina ancora: chiodi di garofano, cardamomo, senape... sapori che, negli ultimi anni, compaiono anche nelle case degli italiani. La presenza degli immigrati sta introducendo anche una verdura ori-

ginaria dell'Africa, usata dalle cucine di buona parte del mondo, l'okra o gommo. Assomiglia a un baccello verde di 8-10 cm, è ricca di vitamina A e C e ha un sapore simile a quello dell'asparago. Si abbina alla carne o alle zuppe, cuoce in poco tempo e rilascia "una specie di sugo, un liquido vischioso che serve come condimento. Buonissimo" – dice Justin, originario del Ciad, spiegando la ricetta degli spaghetti all'okra: 600 gr. di spaghetti, 600 gr. di okra, cipolla, peperoncino, olio di oliva. Niente pomodoro, anche se Justin, il pomodoro lo metterebbe dappertutto...

Alla pietanza preferita dalla Zia Ficcanaso, Ghada Abdel Aal aggiungerebbe invece... "la polvere insetticida che si usa contro gli scarafaggi...": una dose abbondante, da spargere sul piatto di ottimo *ruz bil khalta*, tipica ricetta egiziana a base di riso condito con spezie e frutta secca. Perché quella zia, pettegola e curiosa, non è capace di presentarle neanche un pretendente degno di questo nome... L'egiziana Ghada Abdel Aal, trent'anni e un lavoro da farmacista, ha creato un fortunatissimo blog in arabo dal titolo "Voglio sposarmi" (<http://wanna-b-a-bride.blogspot.com>), che è diventato un libro-bestseller, e presto ispirerà una serie Tv. La casa editrice Epoché lo propone in italiano nella traduzione di Barbara Teresi, con il titolo **Che il velo sia da sposa!** Una carrellata esilarante di mariti in mostra, matrimoni da salotto, maschi inconsistenti, fanciulle che palpitano guardando le soap-opera, e altre che non accettano il ruolo di sottomesse. "Ho digiunato così a

lungo per poi piluccare degli avanzi?", si chiede la protagonista. E butta al secchio il mezzo chilo di *basbusa* – un dolce di semolino a poco prezzo - portato dall'ultimo, improbabile, pretendente respinto. Gli avanzi, sono evidentemente gli aspiranti fidanzati, stereotipi del maschio egiziano (ma non solo) che si presentano ai genitori per chiedere la mano della farmacista: l'osservante, lo svanito, il precisino, il truffatore... Ma in fondo – si chiede Ghada -, perché una donna che lavora, è indipendente, ha una famiglia che non la opprime dovrebbe sposarsi con un tizio che le "darà dei figli", e lei dovrà "crescerli e farli studiare, mentre lui passerà la vita al caffè o al Coffee Shop o su internet?". Magari, solo per poterlo "trattare con disprezzo" o per "avere una barriera" che le impedisca di cadere dal letto la notte... E così, succede che quando l'uomo si fa avanti, "la donna lo accetta per avere un sostegno, una parete a cui appoggiarsi", e alla fine è lei a "dover fungere da parete, da soffitto e anche da pavimento"... Ma poi, succede anche che la donna si vendichi, menando fendenti o intingendo la penna nel peperoncino, come Ghada Abdel Aal.

Cerca l'amore anche la protagonista del romanzo **La Panzanella**, di Giulia Villorosi, edito da Feltrinelli. Una ricerca poetica e stralunata fra un Tresca-party a base di Coca cola, un *chili nachos* accompagnato da un boccale di birra, o una dieta dimagrante miracolosa. Carlotta Cordelli, detta la Panzanella, cresciuta a pane e anarchia, è un'adolescente con qualche chilo di

troppo, che lotta con la bilancia come fosse una centochilista: "Devo dimagrire - pensa.- Devo chiudere la fame nelle pieghe dei miei visceri". E quando al Circolo dei canottieri servono gustose quagliette, la nostra si arrovella: "Levo il farcito dalla quaglia? Levo la quaglia dal farcito? Oppure levo tutto?". Tra uno stupore alla Zazie e un'espressione da carrettiere, Panzanella va incontro alla vita e osserva il mondo alla rovescia, e delizia il lettore con pennellate comiche e filosofiche. Un riuscitissimo romanzo d'esordio che ha nella lingua il suo principale pregio.

Cibo dei sensi, attesa e trasgressione anche nel romanzo **Lezioni di nuoto**, di Valentina Fortichiari, edito da Guanda. Nella Bretagna degli anni '20, la scrittrice Colette trascorre le vacanze al mare insieme a un gruppo di amici. Le sue mani inventano ricette e trame, abili e voraci. Anche quando tace, Colette "ti fa capire che ti tiene in pugno"...E adesso vuole iniziare il giovanissimo Bertrand, figlio del suo secondo marito, ai piaceri del nuoto e ad altri più segreti... Complice e partecipe, l'amica-segretaria Hélène Picard, alter ego dell'autrice, accompagna il racconto seguendo il balletto del vento e delle onde, che guidano i desideri in "perfetta sincronia".

Salade niçoise, coq au vin, torta all'ananas... Joe Lennox detesta quei piatti e deve arrettrare sul divano per il disgusto. India gli punzecchia la mano con la forchetta da dessert: "Hai l'aria di uno che ha mangiato un copertone", dice. "Sssh! - risponde Joe - Odio le acciughe". Un tempo, lui e il fratello Ross avevano compilato una lista dei cibi

che detestavano e la cena che l'amico Paul ha preparato quella sera, ne contiene almeno la metà. Siamo al centro del romanzo di Jonathan Carroll, **La voce della nostra ombra** (Fazi editore), definito da Pat Conroy "il romanzo più terrificante che abbia letto dai tempi di Dracula". La vicenda ruota intorno ai sensi di colpa di Joe, che da ragazzo ha visto morire il fratello maggiore, ammirato e temuto. Ross aveva ereditato dalla madre "la stessa vitalità e ingordigia", ma a differenza di lei, non desiderava tutto, ma solo certe portate, "però in proporzioni gigantesche". Se la vita era un immenso banchetto, "lui magari voleva solo il paté, ma lo voleva tutto". Invece, Joe, era "un pollo", trascinato dal fratello nell'occhio del ciclone. Un vortice che, a distanza di anni, tornerà a risucchiare Joe in una spirale inspiegabile di scherzi diabolici, e lo trascinerà in un incubo di falsità e follia.

Cucina... letale anche nell'antologia di racconti **Pink Noir, Delitti per signora**, a cura di Daniela Rossi e con le vignette di Pat Carra (Editrice Zona). Asparagi in salsa olandese, frittata o pizza capricciosa, accompagnano vendette diaboliche di mogli cellulitiche o inchieste al cardiopalma condotte da simpatiche nonnette, che si improvvisano detective, e risolvono l'enigma fra un tè e un pasticcino.

E per finire, una fiaba moderna, **Stelle di Provenza**, di Simonetta Greggio (Corbaccio), corredata da ricette illustrate da Manuel Laguens: capesante in carpaccio, lacrime di ricci di mare, crema di charlotte alla violetta, fico al caramello e zafferano... Creazioni del celebre chef Gaspard Coimbra, che

un giorno decide di abbandonare Parigi e di rifugiarsi in un posto sperduto nei pressi di Avignone. Lì incontra la magrissima Stella, che accetta di mangiare solo dopo essere stata coperta di baci, e che lo rende felice. "Che bisogno c'era di avere un ristorante a tre stelle, una bionda dal cognome nobile e una carta di credito d'oro?", pensa allora il grande cuoco. E il profumo del caffè che sale si mischia a quello di una nuova vita. ●

Vino, verità e capitale

Non è da bere tutto d'un fiato, perché è fatto di oltre 300 pagine, ma va centellinato. E gustato fino in fondo. La monografia "Roma Caput vini" di Gabriella Nicolosi (Camera di Commercio Industria Artigianato e Agricoltura di Roma editore, a cura di Roberto Novelli) è la storia del vino raccontata sulla base della produzione a Roma. Nata sulle sponde del Mediterraneo, la viticoltura è diventata un'arte grazie ai Romani, che l'hanno poi esportata nel mondo. La monografia non è un elenco telefonico di prodotti, ma un viaggio nella cultura che sta dentro e intorno al vino, narrato nel suo ruolo fondamentale nell'alimentazione, nella medicina, nella religione, nell'arte e nell'economia, dalle origini al secolo scorso. Roma capitale del vino? La storia è dalla sua parte, a noi basta un aneddoto per confermarlo. Nel 1347, durante una festa in onore di Cola di Rienzo, dalle narici del cavallo del monumento a Marco Aurelio, allora in Campo Laterano, escono acqua e vino. Un modo per ingraziarsi il popolo di Roma, appassionato di Bacco, tant'è che nella seconda metà del 1600 ben due pontefici, Innocenzo X e Clemente X, ripetono il "miracolo" delle narici per conquistarsi il favore dei sudditi. "Roma caput vini" è un lavoro prezioso, corredato da una bibliografia monumentale e da un apparato iconografico molto curato, e un lavoro utile perché tradotto a fronte in inglese, cosa che allarga la sua destinazione d'uso.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.