DOPPIOZERO

Ricette immateriali. Le virtù

Maurizio Sentieri

12 Settembre 2018

A lungo gli Appennini sono stati una spina dorsale geografica e umana, inevitabilmente culturale, dell'Italia. Una realtà, secondo la lezione di Fernand Braudel, mediterranea come il mare che li lambisce e quasi mai ne è distante.

Una realtà che tuttavia non è sopravvissuta ai profondi mutamenti economici della seconda metà del Novecento e che la modernità ancora oggi "cristallizza" in un lento e progressivo abbandono, apparentemente irreversibile.

Un punto di equilibrio non si intravede ancora eppure in territori esangui dal punto di vista demografico ed economico sopravvive parte dell'antica cultura tradizionale e, ancora nitida, resta la sua memoria. La "dimenticanza", quasi la rimozione da parte del nostro paese di un intero territorio, ha permesso di conservare maggiormente quello che in altre zone d'Italia, più fortunate geograficamente, si è inevitabilmente perduto.

Oggi resiste in molte comunità il sentimento diffuso di un patrimonio culturale da preservare; insieme a questo, timidamente si fa strada anche la consapevolezza che questo patrimonio ha un suo interesse e un suo valore anche economico, se è vero che nella società odierna appare sempre più evidente una domanda di tradizioni – vaga nelle sue declinazioni quanto certa nel bisogno – di genuinità, originalità, conoscenza...

Di tutto questo il cibo e l'alimentazione tradizionale rappresentano il punto focale, perché autentico *distillato* della cultura di una comunità e di una popolazione.

Ma un bisogno di genuinità, originalità, conoscenze è innanzitutto una *fame immateriale*, una fame di storie e di parole ben oltre quella del cibo in sé...

In questo quadro, *La Sapienza degli Appennini* vuole essere spazio in cui riscoprire ricette tradizionali (minime, dimenticate, semi sconosciute) degli Appennini – e del mondo mediterraneo a cui appartengono – ma solo per raccontare *storie*, vale a dire il distillato umano, sociale, letterario, antropologico di un’antica cultura che, seppur rimossa, è parte della nostra identità.



Può essere anche un terreno di confronto tra due mondi solo apparentemente distanti: da una parte le città e noi consumatori, il benessere, le urgenze di un tempo senza memoria, le mille forme della modernità, dall’altra la montagna con i suoi vuoti demografici, la sua pochezza economica, i suoi silenzi, il senso profondo del territorio, i tempi millenari e quasi cristallizzati.

Un *ricettario immateriale*, perché se è vero che la dimensione più nobile del cibo è la *convivialità* tra i presenti, è solo nelle *storie* che per tutti avviene l'incontro tra il racconto e l'ascolto: le parole antiche di una cultura e di una montagna dimenticata, la fame di parole e storie che ignoriamo ma di cui, paradossalmente, possiamo avere ancora bisogno.

Le Virtù

Una ricetta abruzzese di oltre quaranta ingredienti differenti tra legumi, paste, ortaggi, erbe aromatiche e spontanee, carni e "condimenti". Tra questi si potrebbero considerare tali anche i salumi e appunto le carni (prosciutto crudo, parti del maiale) conservate dall'anno precedente. Queste e le primizie dell'anno nuovo vanno a comporre una minestra forse unica nel suo genere; oltre quaranta ingredienti per un piatto il cui nome richiamerebbe alle virtù femminili necessarie alla preparazione del cibo più consono alla famiglia, in cui ancora il nome *virtù* riporta alla medicina dispersa nelle erbe (ancora conoscenza soprattutto femminile) e nel creato. Certamente nome che guarda al benessere come vocazione.

Tradizionalmente è consumata il primo maggio; non un caso, se maggio, "da sempre", attraverso la lunga stagione della società contadina, rappresenta il culmine della primavera.

Ma quaranta e più ingredienti per una minestra che vuole essere salutare sono un'enormità, sono quasi una contraddizione. Più di quaranta ingredienti per comporre un alimento che guarda a prevenire e curare il *caos* da cui scaturirebbe ogni malattia ma al quale allo stesso tempo un numero così elevato di ingredienti sembrerebbe condannarlo...

Detto in altri termini, quaranta ingredienti per una semplice minestra non sono forse una sfida alla cultura e alla cultura alimentare, alla capacità di riconoscere e dare senso a ogni singolo ingrediente?

Quanta condivisione dunque, quanta cura tra danni e benefici, tra *male e bene*, quante attenzioni nella scelta tra i diversi nutrimenti devono esserci state in un piatto chiamato "virtù"...

Eppure se il rinnovamento primaverile era uno degli elementi più evidenti che segnavano l'antico calendario agrario – e la vita delle persone – questa minestra ne rappresenta forse la metafora più estrema e al tempo stesso la *sostanza* più confacente. Unire insieme legumi, cereali, erbe aromatiche, erbe spontanee e carni significa unire la dispensa all'orto e ai campi, significa comporre un piatto che fosse il trionfo della dietetica e che ne andasse oltre, significa il tentativo di unire la medicina con la cucina, significa rendere quest'ultima altare gaudente nel celebrare il tempo, la natura e la sua forza ad ogni anno rinnovata.

E allora vale la pena di ricordare come per qualunque cultura scegliere il cibo ha sempre significato rischiare tra *bene* e *male*, tra "buono e cattivo da mangiare". Un dilemma che accompagna da sempre i nostri giorni: il sospetto per ciò che può essere negativo, l'entusiasmo per ciò che è riconosciuto come "positivo". Oscillare continuamente tra prudenza ed entusiasmo è paradosso ma anche una delle possibilità della vita: in mezzo solo la conoscenza a fare da bussola e sestante.

Così, un'antica minestra chiamata *Virtù* può farci intuire un frammento dell'antica sapienza mediterranea, quella femminile in particolare e quella letteralmente dispersa lungo gli Appennini, che ha attraversato e unito il paese.

Poi... ben prima di Darwin e di ogni generazione, già all'origine dei tempi, in un punto indefinito a Oriente del Mediterraneo, il cibo era già conoscenza: "*La donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradito agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza, prese del suo frutto e ne mangiò poi ne diede anche al marito che era con lei e anch'egli ne mangiò*" *(Genesi 3,6).*

Vide, prese, mangiò, diede... già con un piede fuori dall'Eden, Eva, sacerdotessa del vero, era la sintesi del nostro destino...

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO

