



## La dimensione culturale del cibo



<b>EXECUTIVE SUMMARY</b>	<b>4</b>
<b>1. LA DIMENSIONE CULTURALE DEL CIBO</b>	
1.1 La trasformazione culturale del cibo dato in natura	6
1.2 Quando il cibo diventa comunicazione e convivialità	7
1.3 Delizia e disgusto: la classificazione culturale del mangiabile	7
1.4 Cibo, ruoli sociali e di genere e potere	8
<b>2. IL RAPPORTO CIBO-CULTURA NELLA VITA PRATICA, SPIRITUALE E SOCIALE</b>	
2.1 Il valore simbolico degli alimenti nelle grandi fedi religiose	10
2.1.1 Cibo, conoscenza, peccato	10
2.1.2 Condivisione e cerimoniali	11
2.1.3 Proibizioni alimentari: cibo e purezza	11
2.2 Le grandi tradizioni culinarie	12
2.2.1 Cucina mediterranea	12
2.2.2 Cucina orientale	13
2.2.3 Cucina anglosassone	14
2.2.4 Crossover alimentari	15
2.3 Alimentazione e rituali sociali	16
2.3.1 Cibo come piacere condiviso	16
2.3.2 Riti della tavola	17
2.3.3 La competenza e il sapere culinario come distinzione sociale	17
2.4 Storia recente dell'alimentazione	18
2.4.1 Anni '70: nascita dell'industria alimentare moderna e 'reclame' del cibo	18
2.4.2 Anni '80 e '90: globalizzazione, edonismo fast e filosofia slow	20
2.4.3 Oggi: il carrello pieno di ... benessere o minacce per la salute	20
2.5 L'impoverimento del rapporto cibo-cultura	20
2.5.1 Cucina, tavola e cibo: il come, il dove e il cosa dell'alimentazione	21
2.5.2 Il cibo come esperienza	22
<b>3. L'INFLUENZA DELLE TENDENZE SOCIO-CULTURALI SULL'ALIMENTAZIONE CONTEMPORANEA</b>	
3.1 Cibo come preoccupazione: il dilemma dell'onnivoro ai nostri tempi	23
3.1.1 La tradizione perduta: buono da mangiare e buono da pensare	24
3.2 Una nuova ricerca di naturalità	25
3.2.1 L'orientamento all'autenticità	25
3.2.2 La cultura vegetariana	26
3.2.3 Cibo, ambiente, sostenibilità	27
3.2.4 Nuove responsabilità dell'industria	28
3.2.5 La comunicazione alimentare fra miti, segni e manipolazione	29
3.2.6 Per una visione futura dell'alimentazione: rientrare in contatto con la dimensione culturale del cibo, ridefinirne il piacere, diffonderne il sapere	30
<b>4. CONCLUSIONI</b>	
Conclusioni	31
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>33</b>

# Executive Summary

**F**in dai tempi più antichi l'uomo - come ogni altra specie sul pianeta - ha interagito con la natura in base a un imperativo dominante: sopravvivere. Per lunghissimo tempo tale imperativo si è fondato, oltre che sul bisogno di proteggersi da ambienti climatici a volte molto avversi, soprattutto sulla capacità di risolvere a proprio favore l'alternativa tra mangiare o essere mangiato.

Continuamente esposti alla possibilità di divenire cibo essi stessi, i nostri progenitori hanno sviluppato capacità di intervento sulla natura via via più articolate, ben prima dell'adozione dell'agricoltura avvenuta circa 15.000 anni fa. Sono note le tappe fondamentali di tale processo. Già nel Paleolitico l'uomo aveva scoperto e iniziato a usare il fuoco. Nella stessa epoca ha ideato un numero crescente di strumenti per cacciare, pescare, difendersi, creare rifugi, dapprima in pietra e poi in metallo.

Che si trattasse di cogliere un frutto da un albero o uccidere una preda, la relazione dell'uomo con l'ambiente che lo circonda è sempre stata trasformativa.

La capacità umana di **manipolazione della natura** ha segnato una tappa cruciale con la scoperta del **fuoco**. Utilizzato variamente - per scaldarsi, avere luce, proteggersi dalle fiere, fare segnali, asciugare indumenti - il fuoco ha dato luogo a sviluppi culturali progressivi di enorme importanza specialmente in campo alimentare. Per dirla con Levi Strauss, **la cottura di cibi col fuoco è "l'invenzione che ha reso umani gli umani"**. Prima di apprendere la possibilità della cottura il cibo, e particolarmente la carne, veniva mangiato crudo, avariato o putrefatto. L'uso del fuoco ha portato a una svolta decisiva.

La cottura marca dunque simbolicamente una transizione tra natura e cultura, e anche tra natura e società, dal momento che, mentre il crudo è di origine naturale, il cotto implica un passaggio a un tempo culturale e sociale.

Da questo passaggio in poi, il cibo diventa - come fatto oggettivo - punto di partenza per straordinari sviluppi in ogni società. Le cucine nazionali, come afferma Rozin, incarnano la saggezza alimentare delle popolazioni e delle rispettive culture.

Si può dunque affermare che la storia del rapporto dell'uomo con il cibo è stata una straordinaria epopea sociale, culturale e di ricerca di significati. Quello che era l'aspetto forse più problematico dell'esistenza (la ricerca di cibo per alimentarsi) si è trasformato da *fattore critico a opportunità*.

A partire da questa fondamentale considerazione, il documento cerca di ripercorrere sinteticamente le tappe più importanti del percorso concreto e di riflessione che hanno accompagnato lo sviluppo della relazione uomo-cibo.

Tra i molteplici temi che avrebbero potuto costituire oggetto di approfondimento, è stata effettuata la scelta di privilegiare una lettura volta a evidenziare innanzitutto il **portato culturale del cibo nelle dimensioni della religiosità, della convivialità e dell'identità all'interno delle grandi tradizioni culinarie** (mediterranea, asiatica, anglosassone), sottolineando in tempi più recenti il **progressivo impoverimento del rapporto cibo-cultura**.

Nella storia recente del cibo, esso a un certo punto smette di essere semplice bisogno alimentare o piacere spensierato: subentrano aspetti di crescente richiesta di **funzionalità**, emergono preoccupazioni legate alla salute e torna a essere di attualità quello che Rozin e poi Pollan hanno brillantemente definito "**dilemma dell'onnivoro**" - intendendo con questa formulazione la difficoltà tipica dell'uomo, in quanto onnivoro, nel definire la composizione della sua dieta.

Nasce, e siamo al presente, una domanda sempre più forte di autenticità, che si lega alla riscoperta della sostenibilità in tutte le sue declinazioni (ambiente, salute, rapporti sociali) e che chiama in causa l'industria alimentare, cui chiede di assumersi nuove responsabilità.

E' un punto di svolta. Si apre oggi, sul versante degli stili alimentari, la possibilità di **ripensare** secondo nuove chiavi di lettura **il rapporto con il cibo**. I tratti emergenti di questo nuovo approccio potrebbero essere - secondo l'analisi di Bauman - situati all'incrocio tra il piacere dell'esperienza sensoriale e la richiesta di una comodità situazionale che consenta di godere appieno del cibo gustato. Il tratto della **velocità**, divenuto un elemento caratteristico della nostra epoca, influenzerà significativamente - secondo declinazioni diverse da quelle che già conosciamo (oggi espressione di una drammatica povertà di contenuti culturali) - il nostro rapporto con il cibo.

Ciò introduce altre dimensioni rilevanti: dall'esigenza di semplificazione delle procedure di preparazione del cibo (per guadagnare il tempo che oggi manca e supplire la perdita di cultura alimentare che impedisce di operare autonomamente in questo ambito), alla nozione di portabilità ovunque, intesa come facilità di applicazione dello stile alimentare desiderato

anche all'interno di una società in movimento sempre più frenetico.

Anche la ritualità è una dimensione potenziante del rapporto con il cibo. Il recupero degli aspetti rituali potrà conferire una dimensione di senso e rassicurazione che contribuirà a rendere più intensa l'esperienza del mangiare.

Alla luce di quanto detto relativamente alle implicazioni culturali dell'alimentazione, riteniamo in definitiva che reindirizzare il futuro dell'alimentazione significhi:

- valorizzare il serbatoio ricco e articolato della **convivialità**;
- proteggere la **varietà territoriale locale**, in chiave espansiva;
- trasferire la **conoscenza e il saper fare** come straordinari giacimenti di ricchezza culturale;
- tornare a un sano rapporto con il territorio e il contesto della materia prima, mirando all'**eccellenza degli ingredienti**;
- riprendere il valore del cibo come tramite di **rapporto fertile fra le generazioni**, nella semplicità e chiarezza dei suoi benefici;
- recuperare i **sapori antichi** capaci di essere rinnovati nel gusto contemporaneo;
- **diffondere la cultura del gusto e del saper vivere** attraverso il cibo autentico.



# 1. La dimensione culturale del cibo

## 1.1 La trasformazione culturale del cibo dato in natura

Fin dai tempi più antichi l'uomo - come ogni altra specie sul pianeta - ha interagito con la natura in base a un imperativo dominante: sopravvivere. Per lunghissimo tempo tale imperativo si è fondato, oltre che sul bisogno di proteggersi da ambienti climatici a volte molto avversi, soprattutto sulla capacità di risolvere a proprio favore l'alternativa tra **mangiare o essere mangiato**. L'immaginario cinematografico contemporaneo ci riporta spesso alle angosce di quei drammi primordiali. Vagabondando alla ricerca di cibo dalla notte dei tempi, l'uomo ha cercato la propria sopravvivenza in due pratiche principali: la raccolta di ogni possibile oggetto commestibile e la caccia. Secondo uno dei più importanti studiosi di etologia umana, "l'uomo ha vissuto come cacciatore-raccoglitore per il 99 per cento della sua storia, e questo può averlo modellato anche biologicamente"<sup>1</sup>. Che si trattasse di cogliere un frutto da un albero o uccidere una preda, la relazione dell'uomo con l'ambiente che lo circonda è sempre stata trasformativa.

Continuamente esposti alla possibilità di divenire cibo essi stessi, i nostri progenitori hanno sviluppato capacità di intervento sulla natura via via più articolate, ben prima dell'adozione dell'agricoltura avvenuta circa 15.000 anni fa. Sono note le tappe fondamentali di tale processo. Già nel Paleolitico l'uomo aveva scoperto e iniziato a usare il fuoco. Nella stessa epoca ha ideato un numero crescente di strumenti per cacciare, pescare, difendersi, creare rifugi, dapprima in pietra e poi in metallo. Fisicamente poco attrezzato rispetto ad altri animali, il cacciatore-raccoglitore era dotato di requisiti mentali notevoli e di una grande curiosità esplorativa.

In alcune popolazioni di cacciatori-raccoglitori la dieta era effettivamente alquanto basata sulla cacciagione, e quindi sul consumo di carne. Ciò è vero anche tra le popolazioni moderne di cacciatori-raccoglitori delle regioni artiche e subartiche, dove vi è poco altro da mangiare. Ma buona parte degli studiosi odierni ritiene che la grande maggioranza dei cacciatori-raccoglitori del passato vivesse soprattutto di cibi derivati da piante, oppure - nelle zone vicine a mari e fiumi - di pesci e molluschi. Alcune popolazioni erano quasi esclusivamente vegetariane<sup>2</sup>.

Nel corso del Paleolitico all'*Homo erectus* subentrò l'*Homo sapiens*, e la dimensione del cervello passò da circa 400 centi-

metri cubi fin quasi agli attuali 1400 centimetri cubi. Un cervello di grandi dimensioni richiede una straordinaria quantità di nutrienti. Anderson tuttavia mette in questione la teoria che ciò rappresenti una spiegazione dell'inclinazione a cacciare e mangiare carne, data la scarsa dotazione dell'uomo in denti e artigli e la dubbia efficienza degli strumenti da caccia primitivi. La sua spiegazione del nesso tra **sviluppo del cervello e alimentazione** è un'altra:

*"A mio avviso la sola teoria credibile dell'evoluzione della dieta umana è che i primi ominidi migliorarono sempre più nella loro qualità di onnivori. Migliorarono nel trovare carne, cercando carogne e cacciando, ma anche nel trovare radici, semi, germogli, uova, e qualunque altra cosa commestibile. [...] Il solo modo in cui un animale con un cervello grande ed esigente può sopravvivere è usando il cervello per pensare come utilizzare una vasta gamma di cibi buoni per ottenere il massimo nutrimento col minore sforzo (Anderson, 2005)."*

Le prime elaborazioni 'culturali' dell'uomo furono quindi largamente rivolte al tema di come trovare cibo e lasciare spazio a una **propensione onnivora** fuori dal comune. Su questa interpretazione concorda pienamente Pollan nel celebre testo *The Omnivore's Dilemma*. Altri animali, nota Pollan, perseguono una strategia opposta, quella di una dieta molto selettiva e coerentemente possiedono un cervello di dimensioni assai ridotte. Quello del koala è il caso limite visto che questo animale, dal cervello notoriamente piccolo, mangia solo foglie di eucalipto. L'uomo invece deve dedicare un'enorme quantità di energia mentale per affinare gli strumenti cognitivi e sensoriali atti a distinguere quali alimenti - tra i molti disponibili - sono sicuri da mangiare<sup>3</sup>. Tale sforzo è difatti parte essenziale dei processi culturali, e di questo parleremo più avanti.

La capacità umana di manipolazione della natura, come accennato, ha segnato una tappa cruciale con la scoperta del fuoco. Utilizzato variamente - per scaldarsi, avere luce, proteggersi dalle fiere, fare segnali, asciugare indumenti - il fuoco ha dato luogo a sviluppi culturali progressivi di enorme importanza specialmente in campo alimentare. Per Levi Strauss la cottura di cibi col fuoco è "*l'invenzione che ha reso umani gli umani*". Prima di apprendere la cottura il cibo, e particolarmente la carne, veniva mangiato crudo, avariato o putrefatto. L'uso del fuoco ha portato a una svolta decisiva. Nella visione strutturalista di Levi Strauss la cottura marca simbolicamente una transizione

<sup>1</sup> Eibl-Eibesfeldt, 1993

<sup>2</sup> Anderson, 2005; Milton, 2000

<sup>3</sup> Pollan, 2006

tra natura e cultura, e anche tra natura e società, dal momento che, mentre il crudo è di origine naturale, il cotto implica un passaggio a un tempo culturale e sociale<sup>4</sup>.

Tali concetti sono ulteriormente elaborati con l'analisi del 'triangolo culinario', che distingue nell'ambito del cotto tre categorie differenti: l'**arrostito**, il **bollito** e l'**affumicato**. In tutte le società l'arrostito è stata la prima forma di cottura, quella più vicina all'ordine naturale. Gli utilizzi più antichi del fuoco si sono basati sull'esposizione diretta del cibo alla fiamma - il cibo tenuto su stecchi veniva semplicemente 'bruciato'. L'affumicato e il bollito rappresentano due forme diverse di sviluppo culturale, che si contrappongono all'arrostito per l'uso inventivo di due diversi elementi di mediazione nella cottura: l'aria e il fumo in un caso, l'acqua e qualche genere di ricettacolo o tegame nell'altro caso. L'uso di utensili per cuocere, necessario alla bollitura, è certamente prova di evoluzione culturale, ma lo è anche la capacità di affumicare in modo da allungare la capacità del cibo di resistere al deterioramento per un tempo incomparabilmente più lungo che con ogni altro metodo di cottura. Il rapporto tra natura e cultura può essere inquadrato in base a diversi tipi di opposizioni:

*"L'affumicato e il bollito si oppongono per la natura dell'elemento mediatore tra fuoco e cibo, che è l'aria o l'acqua. L'affumicato e l'arrostito sono opposti dal maggiore o minore spazio dato all'elemento dell'aria; e l'arrostito e il bollito sono opposti dalla presenza o assenza di acqua. Il confine tra natura e cultura, che si può immaginare come parallelo all'asse dell'aria o all'asse dell'acqua, pone l'arrostito e l'affumicato dal lato della natura, il bollito dal lato della cultura per ciò che riguarda i mezzi impiegati; o l'affumicato dal lato della cultura e l'arrostito e il bollito dal lato della natura per ciò che riguarda i risultati (Levi Strauss, 1966)."*

Nel suo originario progetto strutturalista, Levi Strauss ha tentato di analizzare il cibo e le categorie che lo costituiscono come un linguaggio, o una grammatica. Rispetto a questa interpretazione, e alle sue forme più estreme, non sono mancate le critiche. Ciò non toglie comunque valore alle intuizioni fondamentali dell'antropologo francese sul ruolo dei modi d'impiego del fuoco nel definire le grandi transizioni da natura a cultura. È interessante notare che oggi i vari modi di cuocere - o non cuocere - gli alimenti tendono a elaborare il loro senso con svolte e implicazioni notevoli. Nel mondo occidentale il crudo del *sushi*, più che connotare qualcosa di naturale, evoca l'idea di una cucina raffinata ed esotica. Mentre la cottura al vapore, anch'essa di ispirazione orientale, ha assunto particolari valenze di tipo dietetico e salutista. Quali che siano i percorsi di senso al riguardo, non vi è dubbio che i risvolti culturali del cibo abbiano la capacità di ridefinirsi in modi assai sofisticati.

## 1.2 Quando il cibo diventa comunicazione e convivialità

Che sia strutturato come un linguaggio o no, il cibo ha assunto un ruolo assai importante nello sviluppo delle prime forme di

comunicazione umana. Quando, contestualmente allo crescita del cervello umano, i gruppi sociali hanno teso ad accrescere le loro dimensioni - dai forse 20 membri dei gruppi diffusi all'epoca dell'*Homo erectus* ai circa 50-150 membri dei gruppi diffusi all'epoca dell'*Homo sapiens* - si è ampliata anche l'estensione del territorio coperto dal gruppo. In un territorio più grande la scoperta di una fonte di cibo doveva essere comunicata con maggiori particolari, per spiegare dove si trovava e quanti membri del gruppo poteva sfamare. Questo è stato indubbiamente uno dei modi in cui il linguaggio si è sviluppato<sup>5</sup>.

L'evoluzione del linguaggio si è determinata probabilmente anche in relazione alla necessità di ridurre le tensioni legate alla spartizione degli alimenti. Come rilevato recentemente da Jones, alle origini di ciò che oggi chiamiamo convivialità sono state le pratiche primitive di condivisione del cibo intorno al fuoco, da parte di gruppi di umani che sedevano faccia a faccia, sorridendo, ridendo - e progressivamente parlando. Pratiche non reperibili tra le altre specie, non solo per la paura del fuoco ma perché nel regno animale il contatto diretto degli occhi, l'apertura della bocca e l'esposizione dei denti sono gesti tipicamente ostili. *"Se si unisce ciò al fatto di piazzare del cibo nel bel mezzo di un gruppo di individui, diversi da genitore e bambino, si ha una chiara ricetta per conflitto e violenza"*. La capacità di comunicare deve aver avuto una notevole parte, ed essere stata a sua volta incentivata, in quei riti di condivisione con cui i nostri antenati hanno saputo rovesciare i segnali di pericolo trasformandoli nell'essenza stessa di quella convivialità che definisce la condizione umana<sup>6</sup>. La tavola contemporanea e la consuetudine di mescolare cibo e discorsi in circostanze conviviali d'ogni genere deriva dunque da un'esperienza molto lontana nel tempo, con la quale la specie umana ha superato tensioni istintive naturali ed è salita di parecchi gradini nella scala dello sviluppo culturale e sociale.

## 1.3 Delizia e disgusto: la classificazione culturale del mangiabile

La padronanza crescente del linguaggio e le elevate facoltà intellettive dell'*Homo sapiens* non implicano che stabilire cosa mangiare sia mai stata una scelta agevole. In effetti gli onnivori, a differenza degli animali con un'alimentazione molto selettiva, sono posti continuamente nella situazione di dover decidere se una certa sostanza commestibile fa bene o fa male. Per l'uomo il problema nasce dalla circostanza che in effetti, come rileva Pollan, *"non vi è probabilmente una fonte di nutrienti sulla terra che non sia stata mangiata da qualche umano da qualche parte - insetti, vermi, terra, funghi, licheni, alghe, pesci marci; radici, germogli, steli, corteccia, boccioli, fiori, semi, frutti di piante; ogni parte immaginabile di ogni animale immaginabile"*. Tale capacità di **adattamento alimentare** ha favorito moltissimo l'evoluzione della specie, ma ha anche posto all'uomo continue difficoltà nel riconoscere i cibi che è consigliabile mangiare. Come osserva Pollan:

<sup>5</sup> Anderson, 2005

<sup>6</sup> Jones, 2008

<sup>4</sup> Levi Strauss, 1964

*“Il dilemma dell’onnivoro entra in gioco ogni volta che decidiamo se mangiare o no un fungo di bosco, ma figura anche nei nostri incontri meno primordiali con ciò che si suppone commestibile: quando stiamo deliberando sulle pretese nutrizionali di una scatola nel reparto dei cereali; quando adottiamo una dieta volta a perdere peso (low fat o low carb?); quando decidiamo se assaggiare la nuova formula di chicken nuggets di McDonald; quando soppesiamo i costi e benefici di comprare fragole biologiche rispetto a quelle normali; quando scegliamo di osservare (o trasgredire) le regole della cucina kosher o halal; o quando determiniamo se è eticamente difendibile oppure no mangiare carne (Pollan, 2006).”*

Il concetto di **dilemma dell’onnivoro** si trova presente a partire dagli scritti di Rousseau e Brillat-Savarin, ma è stato ufficialmente individuato e identificato come tale da Paul Rozin, psicologo dell’Università della Pennsylvania.

Nel 1976 Rozin scrisse un articolo intitolato *“The selection of Foods by Rats, Humans, and Other Animals”* in cui si confrontava la condizione esistenziale degli onnivori, come il ratto e l’uomo, con quella di animali dall’alimentazione specializzata. Questi ultimi non hanno dubbi rispetto a cosa mangiare, in quanto le loro preferenze alimentari sono scritte nei loro geni. Questi animali non impiegano nessun pensiero o emozione per capire cosa mangiare o meno. Per questi animali, il meccanismo naturale e istintivo funziona perfettamente perché il sistema digestivo è in grado di ricavare da pochi cibi tutto ciò che serve all’organismo.

Gli onnivori (come l’uomo), invece, devono dedicare tempo e approfondimento per cercare di capire quali degli innumerevoli cibi offerti dalla natura si possano mangiare senza rischi. Quando un onnivoro si imbatte in qualcosa di nuovo o potenzialmente commestibile si trova ad affrontare due sentimenti contrastanti, la *neofobia*, cioè la paura di mangiare una sostanza sconosciuta, e la *neofilia*, cioè il desiderio di aprirsi a nuovi sapori. Questi “sentimenti” sono totalmente sconosciuti agli animali con un’alimentazione specializzata.

L’uomo, in quanto onnivoro, è dotato di straordinarie capacità di riconoscimento e di memoria che gli consentono di evitare i veleni e di ricercare i cibi più nutrienti. In questo processo l’uomo è aiutato dal senso del gusto, che lo porta spontaneamente verso il dolce, segnale di ricchezza di carboidrati energetici, e gli fa evitare l’amaro, caratteristica di molti alcaloidi velenosi sintetizzati dalle piante, così come segnala tramite il disgusto cibi potenzialmente dannosi come il cibo scaduto o avariato.

Per l’uomo, il fatto di essere onnivoro, quindi generalista, rappresenta al tempo stesso un vantaggio e una sfida. La flessibilità data dall’assenza di specializzazione alimentare ha consentito agli esseri umani di colonizzare tutti gli habitat della terra, adattandosi quindi alle differenti tipologie di cibo offerte. Di contro, gli onnivori devono spendere tempo ed energie a comprendere cosa mangiare, secondo una visione ultimamente manichea del cibo: da una parte quello buono, dall’altra quello cattivo.

Oltre a dover contare sui propri sensi e sulla memoria, nella scelta del cibo gli individui si basano sulla cultura e sulle tradizioni che conservano il sapere e l’esperienza cumulata di innumerevoli “assaggiatori” prima di loro. La **cultura** codifica le regole di una saggia alimentazione con una complessa serie di tabù, rituali, ricette, regole e tradizioni. Tutto ciò consente agli esseri umani di non dover affrontare ogni volta il dilemma dell’onnivoro.

Se l’uomo come specie è pronto a inghiottire quasi qualunque cosa, va detto che le varie società umane tendono a restringere parecchio la nozione di cosa costituisce un alimento. È ben noto che cavallette e termiti sono considerate una ghiottoneria in molti paesi africani, mentre fanno normalmente ribrezzo in Occidente. Fra delizia e disgusto sembra esistere un confine sottile, e quasi sempre tale confine è dettato culturalmente. Come notato da Rozin, il disgusto (termine di significato generale ma etimologicamente derivato dal concetto alimentare di *gusto*) è la paura di introiettare sostanze che risultino dannose per il corpo<sup>7</sup>. Alcune cose hanno il potere di disgustare individui appartenenti a tutte le società umane. Ma specifiche società esprimono forme di disgusto piuttosto idiosincratiche, che spesso non hanno altra ragione se non lo sviluppo culturale di norme e abitudini. Anche nelle società occidentali, a seconda delle regioni e dei gruppi sociali, alimenti come lumache, rane, interiora di animali possono essere tanto osannati quanto considerati repellenti.

Le scelte intorno a ciò che si può ritenere mangiabile in molte culture diventano **strumenti di classificazione del mondo**. Il punto di vista antropologico in merito è chiaramente illustrato da Douglas, che rileva come per l’uomo *“il corpo sociale determina il modo in cui viene percepito il corpo fisico”*. Al tempo stesso, *“l’esperienza fisica del corpo, che è sempre condizionata dalle categorie sociali attraverso cui si realizza, sostiene una visione particolare della società: esiste un continuo scambio di significati fra i due tipi di esperienza corporale, e ognuna rinforza le categorie dell’altra”*<sup>8</sup>. Per questo ciò che si ingerisce - o si rifiuta - racconta molto di più di una semplice preferenza alimentare. Ogni cultura tende a dividere alla sua maniera il mondo che può essere mangiato da quello che non può essere mangiato, e in tale suddivisione entrano molti elementi di natura simbolica che, a partire dal corpo fisico, orientano una certa percezione del corpo sociale, e viceversa. Come si vedrà più avanti, i significati cruciali di questi processi di classificazione investono soprattutto la nozione di purezza.

#### 1.4 Cibo, ruoli sociali e di genere e potere

L’ordine alimentare non manca di avere una sua precisa relazione con la **dimensione del potere**. L’ordinamento di rango stabilisce le regole dell’accesso al cibo anche tra molte altre specie animali. Le leonesse, malgrado siano le protagoniste della caccia, non toccano una preda prima che il leone abbia finito di

<sup>7</sup> Rozin, 1997

<sup>8</sup> Douglas, 1979

mangiare. Tra gli uomini il controllo cibo è stato storicamente una delle principali risorse di potere. Nel Medio Evo i banchetti delle famiglie nobiliari si contrapponevano alla fame endemica diffusa tra le masse contadine, e in varie parti d'Europa chi veniva sorpreso a cacciare di frodo nelle riserve reali o dei signori locali veniva messo a morte. Innumerevoli battaglie sono state combattute tra allevatori e agricoltori in molte regioni del mondo, la posta in gioco essendo sempre il predominio di un particolare modo di produrre cibo. Nel continente africano tali conflitti sono ancora attuali.

Il cibo può segnalare potere anche in chiave di prestigio sociale. Ma è interessante osservare che la percezione culturale di tali forme di prestigio sia piuttosto complessa, e talvolta contraddittoria. Le categorie del triangolo culinario di Levi Strauss consentono di chiarire bene anche questo aspetto. Nella sua analisi, il cibo bollito costituisce una forma più evoluta e comunica valori più raffinati del cibo arrostito. Ma questa relazione sul piano del prestigio e del potere può rovesciarsi. Poiché il bollito tende non di rado ad associarsi a una cucina più intima, familiare (piatti come lessi o stufati), cibi cucinati per lo più da donne. Mentre l'arrostito può essere proposto in celebrazioni pubbliche, spesso all'aperto ed espositive, in cui tende a prevalere un'associazione col mondo maschile<sup>9</sup>. Ai tempi nostri, un esempio molto pregnante di quest'ultima forma è il *barbecue*, specie nelle pratiche sociali americane.

Queste problematiche sono state aggiornate e ampliate dagli studi socio-antropologici che **inquadrano la relazione tra cibo e genere**. Non vi è dubbio che le pratiche alimentari diano origi-

ne a svariate forme di gerarchia, e che in molte società ciò tenda tradizionalmente a porre la donna in una posizione subordinata. Ad esempio Allison sottolinea come le madri giapponesi, nella preparazione meticolosa e doveristica dell'*obentō*, il *lunch-box* per i figli in età prescolare, tendano a riprodurre un'ideologia del proprio ruolo assai riduttiva e fortemente influenzata dalle istituzioni dello stato<sup>10</sup>. Mentre DeVault rileva come le pratiche femminili di provvedere il cibo in famiglia, per quanto possano essere gratificanti per coloro che le mettono in opera, sono implicate in modi sottili ma pervasivi entro relazioni ineguali di subordinazione, rinforzando il senso di 'naturalità' della deferenza ai bisogni degli uomini e minando il progresso verso forme di cultura alimentare nel segno della reciprocità<sup>11</sup>. Naturalmente, specie nelle società occidentali più prospere, il ruolo della donna può essere visto anche più positivamente. La relativa specializzazione femminile nell'acquisto e nella preparazione dei beni alimentari può rappresentare in molti casi un'area di forza nel rapporto con l'altro sesso, nella quale intervengono fattori sempre più articolati di conoscenza del mercato, competenza nutrizionale, autonomia di spesa, espressione di sé. Secondo alcuni, dalla propria condizione di preparatrici elettive del cibo a casa le donne possono trarre il piacere di un'attività non meno intelligente e immaginativa di altre attività abitualmente considerate superiori come la musica<sup>12</sup>.

Da questi molteplici profili, il rapporto tra natura e cultura si rivela un piano fondamentale nello studio del ruolo del cibo nelle società umane. Tale prospettiva sarà di supporto a tutta l'analisi che segue.

<sup>10</sup> Allison, 2008

<sup>11</sup> DeVault, 2008

<sup>12</sup> de Certeau, Giard, 2008

<sup>9</sup> Levi Strauss, 1966



## 2. Il rapporto cibo-cultura nella vita pratica, spirituale e sociale

### 2.1 Il valore simbolico degli alimenti nelle grandi fedi religiose

Come osserva Anderson richiamando Durkheim, una quantità di **rituali, cerimonie e celebrazioni religiose** include inevitabilmente il rapporto col cibo. In quanto dimensione umana basilare e universale, il cibo "è centrale alla religione - come simbolo, soggetto di preghiere, come segnale di condivisione e non condivisione, come elemento di comunione"<sup>13</sup>. Il valore simbolico degli alimenti nelle grandi religioni può difficilmente essere sopravvalutato. Nell'Ebraismo un numero notevole delle 613 mitzvot (precetti) che guidano la vita di un ebreo osservante riguarda la sfera alimentare e trae origine da importanti passaggi dell'Antico Testamento. La maggior parte di queste regole disciplina il consumo di carne, anche perché, come spiega Di Segni, l'interpretazione prevalente di alcuni brani della Bibbia indica che l'umanità sarebbe stata dapprima vegetariana e sarebbe divenuta carnivora solo in un secondo momento, per autorizzazione divina. "Nel pensiero biblico, mangiare carne è considerato non come un diritto scontato e un fatto naturale, ma come un atto che comporta la violazione di un ordine, e che può essere lecito solo a determinate condizioni". La tradizione ebraica orienta a cogliere nell'atto di nutrirsi un significato che educa alla scelta e alla verifica continua, definisce il rapporto dell'uomo con la natura e attiene profondamente alla sacralità. In questa visione "l'alimentazione diventa un rito, un modo di essere e agire sacramentalmente, uno strumento di perfezione; non più soltanto un modo di sopravvivenza e una necessità biologica, ma anche un sistema di affermazione culturale"<sup>14</sup>.

Nel Cristianesimo non esiste un'analogia normativa alimentare; in particolare non vi è una distinzione generale tra cibi leciti e proibiti. Il rapporto dell'uomo col cibo tuttavia è pur sempre inserito nella dimensione dell'incontro con Dio. Il ruolo simbolico del vino e dell'ostia nel sacramento dell'Eucaristia, che si fonda sulle parole pronunciate da Gesù nel corso dell'ultima cena, rappresenta per i cristiani il mezzo di comunione delle anime e di memoria permanente della passione di Cristo. Sebbene la relazione col cibo nel Cristianesimo sia relativamente libera, alcune prescrizioni spingono a limitare il consumo di carne e verso momenti di astinenza e digiuno, soprattutto con riferimento al periodo liturgico della quaresima. La terza religione monoteista, l'Islam rifiuta sia le norme severe dell'ebraismo che la libertà alimentare del cristianesimo, e tende invece a predicare un

atteggiamento di moderazione nel consumo di cibi. Peraltro la tradizione alimentare Halal, seguita da circa il 70% dei musulmani nel mondo, non manca di dettare alcune regole su ciò che è permesso o no mangiare. I limiti principali (meno stringenti di quelli ebraici) riguardano ancora la carne. Inoltre, a differenza dell'ebraismo e del cristianesimo l'Islam, come noto, non autorizza il consumo di bevande alcoliche. L'importanza delle pratiche alimentari sotto il profilo religioso è messa in rilievo dal digiuno di Ramadan, volto a educare i musulmani alla pazienza, alla modestia e alla spiritualità.

Altre religioni si caratterizzano sul piano alimentare soprattutto per la proibizione di cibarsi di carne in modo pressoché assoluto, almeno tra le persone più devote. "La carne - rileva Anderson - è vista come qualcosa che implica l'uccisione di animali, una cosa violenta e antispirituale. Le religioni basate in India - l'Induismo, il Buddismo e il Jainismo - condividono l'impegno a ciò che in Sanscrito si chiama 'ahimsa' (non violenza)"<sup>15</sup>. Il Jainismo, in particolare, assumendo che ogni essere vivente anche microscopico abbia un'anima, e che l'anima sia potenzialmente divina, rifiuta il consumo di carne nonché ogni inutile forma di violenza come quelle praticate nelle moderne aziende di prodotti animali.

#### 2.1.1 Cibo, conoscenza, peccato

Il simbolismo del cibo ha molte irradiazioni. Una delle più rilevanti in diverse tradizioni religiose è quella che concerne il rapporto tra cibo, conoscenza e peccato. La Bibbia ebraica narra che nel Giardino Terrestre Adamo ed Eva commisero il primo peccato mangiando dall'albero della conoscenza e acquistando così la consapevolezza del bene e del male (nonché della propria nudità), colpa tanto grave da meritare la cacciata dall'Eden. Soprattutto, colpa originaria, alla base di ogni possibile peccato delle mille generazioni successive.

Ma è in particolare la tradizione cristiana ad aver elaborato, nei secoli, le maggiori argomentazioni e costruzioni simboliche contro le tentazioni rappresentate dal mangiare - presumibilmente perché ogni acquisizione cognitiva e intellettuale resa possibile dal cibo tende a passare attraverso esperienze sensoriali piuttosto piacevoli. Uno dei sette vizi capitali, il peccato di gola, si associa ad atti di eccesso e intemperanza alimentare. Che Dante collochi i golosi nell'Inferno e li destini a essere immersi nel fango, flagellati da una pioggia scrosciante e straziati da Cerbero, cane a tre teste, è solo una prova indiretta dell'estremo

<sup>13</sup> Anderson

<sup>14</sup> Di Segni, 1986

<sup>15</sup> Anderson, 2005

rigore, spesso sconfinante nel parossismo, con cui teologi della Chiesa nel Medio Evo condannavano, tra i piaceri del corpo, quelli offerti da una speciale passione per il mangiare. Nella sua analisi dell'alimentazione nel Medio Evo, Montanari chiarisce molto bene come la parca dieta monastica sia spiegata in notevole parte dal valore simbolico della "carne", termine ambiguo che rinvia tanto alla gola quanto alla lussuria<sup>16</sup>.

Il valore redentore del digiuno è speculare a tali pulsioni, ciò che emerge con particolare evidenza quando portato all'estremo come nel caso di alcune sante o "fanciulle miracolose" medievali. Nel corso di lunghi secoli l'inclinazione a digiunare anche per periodi protratti (o per sempre) è stata vista come una pratica simbolicamente cruciale per la spiritualità cristiana<sup>17</sup>.

### 2.1.2 Condivisione e cerimoniali

Nella gran parte delle religioni il cibo è anche un importante **fattore di aggregazione sociale**, che ha - tra le altre - la funzione di stabilire chi fa parte della congregazione dei fedeli e chi no. Anderson spiega questo punto in modo assai efficace:

*"Tipicamente, aggregazione e differenziazione sono più forti ed emozionalmente più intense nella religione che in altre attività umane (anche se ideologie politiche ed etnicità hanno a volte assunto un rilievo maggiore in tal senso nel corso dell'ultimo secolo). Il cibo è quasi sempre un elemento di demarcazione. Coloro che condividono una fede mangiano insieme ai pasti rituali. Spesso vanno oltre, e definiscono la loro congregazione in base a regole condivise. [...] La Sacra Comunione nel Cristianesimo è una forma di tale condivisione. I templi Sikh insistono perché i fedeli condividano un cibo dolce, fatto di sostanze accettabili a tutte le religioni indiane [...] Banchetti più cospicui che mettono persone assieme attorno a temi religiosi includono Thanksgiving e Natale nelle tradizioni dei cristiani d'America; Pesach e Hanukkah nel giudaismo; i banchetti nei templi buddisti in tutta l'Asia orientale e sudorientale; e un numero infinito di festini sacrificali o legati alla caccia presso i popoli indigeni."*

Il *food sharing* dunque non ha solo un'importanza rituale ma un ruolo molto preciso in quanto collante comunitario. Il suo significato antropologico è quello di contribuire a segnare i confini del corpo sociale dei fedeli, attraverso pratiche di ingestione di cibi comuni e condivisi nei corpi individuali. Per estensione tale principio vale anche al di fuori dello stretto ambito religioso, nelle preferenze alimentari di ogni singola comunità che, secondo Pollan, costituiscono uno dei collanti sociali più forti che abbiamo. *"Storicamente, le cucine nazionali sono state notevolmente stabili e resistenti al cambiamento, ed è questa la ragione per cui il frigorifero dell'immigrato è decisamente l'ultimo posto in cui guardare per individuare segni di assimilazione"*<sup>18</sup>. Le metropoli dell'Occidente contemporaneo sono infatti piene di negozi alimentari 'etnici' che, per vocazione religiosa o spirito di comunità, consentono ai membri di una data fede di aderire

a precisi rituali e di mantenere, assieme al sapore dei cibi tradizionali, la coscienza di far parte di un universo sociale dotato di una propria identità.

### 2.1.3 Proibizioni alimentari: cibo e purezza

Delle regole religiose fanno parte, come accennato, **molte proibizioni relative al cibo**. Naturalmente certi cibi tendono a essere pensati come non-mangiabili anche per ragioni prettamente culturali, che non hanno una base precisa nella religione. Ad esempio mangiare cani in Occidente non è in genere considerato accettabile, mentre questo animale viene mangiato senza particolari problemi in Corea, Vietnam e Cina. I dettami religiosi tendono però a comportare proibizioni più ampie e rigorose.

Se, come già detto, le religioni orientali sono inclini a vietare il consumo di carne in generale, è indubbiamente l'ebraismo a indicare nel modo più preciso e articolato quali cibi debbano essere assolutamente evitati. Le regole ebraiche, spiega Di Segni, fanno parte di un programma verso la *qedushàh*, cioè la santità. Poiché la radice *qdsh* da cui deriva il termine aveva originariamente il significato di 'separato', si comprende perché la Torah insista così tanto sulla necessità di distinguere tra cibi ammessi e cibi proibiti<sup>19</sup>.

Tali proibizioni - e contestualmente le regole sui cibi permessi - sono state interpretate in base a diversi ordini di spiegazioni, dal disgusto verso certe specie a ragioni di tipo igienico, da motivazioni simboliche (ad esempio divieto dei rapaci per rifiuto della violenza insita in quegli animali) a ragioni educative (insegnare all'uomo che ogni bene non deve essere goduto direttamente, senza riflessione). La discussione intorno a queste spiegazioni che Di Segni propone sarebbe di grande interesse, ma esula dai confini del presente documento. L'accento in ogni caso lascia intuire che le proibizioni alimentari di derivazione religiosa possono rispondere a svariate logiche e contribuire per diversi aspetti alla coesione e all'unità di una cultura.

Dal punto di vista antropologico, Douglas riconduce molti riti volti a definire il rapporto tra corpo individuale e corpo sociale alla nozione generale di *purezza*. Tale analisi investe largamente il campo del cibo, elemento simbolico di particolare pregnanza dal momento che si tratta di un pezzo di realtà che viene letteralmente incorporato. Nella sua visione, l'idea di contaminazione, e le paure che ne derivano, sono fortemente presenti sia nel mondo primitivo che nelle società contemporanee. Una quantità di rituali sono quindi volti ad assicurare, attraverso pratiche di separazione, demarcazione e punizione, l'avvicinamento a un ideale di purezza. L'esempio più chiaro è quello del sistema castale indù, nel quale le caste basse, per definizione impure o a un grado di purezza inferiore a quello delle caste più alte, abitualmente partecipano alla produzione del cibo in diversi ruoli, ad esempio in quello del contadino. Per questo, nelle caste alte il cibo deve essere cotto dalla famiglia o da qualcuno che appartenga allo stesso livello castale, con un atto di demar-

<sup>16</sup> Montanari, 2008

<sup>17</sup> Walker Bynum, 2008

<sup>18</sup> Pollan, 2006

<sup>19</sup> Di Segni, 1986

cazione simbolica<sup>20</sup>. Che le preoccupazioni moderne intorno alla purezza dei cibi si siano recentemente acuite non stupisce, se si tiene conto che ansie profonde a questo riguardo hanno coinvolto popoli interi da tempi molto lontani.

## 2.2 Le grandi tradizioni culinarie

Come si è già avuto modo di sottolineare, il cibo tende ad evidenziare le differenze tra gruppi, culture, strati sociali, e serve a rafforzare l'identità di gruppo, separando e distinguendo il "noi" dagli "altri"<sup>21</sup>.

Nelle questioni etniche il cibo assume un ruolo importante: in passato, ad esempio, alcune culture "estrane" e lontane venivano stigmatizzate attraverso la definizione di "cannibali". Per i civilizzati popoli occidentali, gli altri, i popoli oltremare, i popoli esotici erano sicuramente cannibali o comunque si nutrivano di cibi ripugnanti. L'accusa o il sospetto di cannibalismo, che provocava profonda repulsione negli Europei era rivolta a varie popolazioni africane, asiatiche, americane, aborigene e australiane. La realtà effettiva del cannibalismo è tutta da dimostrare e comunque necessita di approfondite discussioni. Questa pratica stava però a simboleggiare "il male" e il rozzo di queste popolazioni non civilizzate. Anche questa distinzione tra cibi "giusti" e cibi di altri - intesi in accezione negativa, di cui il cannibalismo è l'estremizzazione - è il limite che distingueva e spesso distingue ancora il "noi" dagli "altri"<sup>22</sup>.

Tali distinzioni, tra bene e male, tra civilizzato e rozzo, tende a evidenziare la diversità e una pretesa di superiorità da parte di alcuni gruppi etnici nei confronti di altri. Diffidenza per il diverso, paura della contaminazione, chiusura e intolleranza.

Ancora oggi l'alimentazione è considerata uno degli elementi più importanti per delimitare barriere ideologiche, etniche, politiche, sociali, o al contrario, uno dei mezzi più utilizzati per conoscere altre culture, per mescolare le civiltà, per tentare la via dell'interculturalismo; il cibo, infatti, è anche un meccanismo rivelatore dell'identità etnica, culturale e sociale<sup>23</sup>. Esso costituisce il primo modo, forse, per entrare in contatto con culture diverse, dato che mangiare il cibo altrui sembra più facile - almeno in apparenza - che decodificarne la lingua<sup>24</sup>.

Quando si tratta di tradizioni alimentari, sembrerebbe scontato considerare il senso di identità come appartenenza a un territorio: i prodotti, le ricette di un determinato luogo. Un "mangiare geografico"<sup>25</sup>, volto a rappresentare i caratteri sia fisici sia culturali nelle relazioni tra un determinato cibo e il territorio di provenienza. Ma tale rappresentazione non considera il fatto che l'identità si definisce anche, soprattutto, come differenza, cioè in rapporto con gli altri. Nel caso specifico della

cucina, appare con chiarezza che l'identità "locale" nasce in funzione dello scambio, nel momento in cui un prodotto o una ricetta si confrontano con culture e regimi diversi<sup>26</sup>. "Il confronto con l'altro consente non solo di misurare, ma di creare la propria diversità"<sup>27</sup>.

Le tradizioni alimentari e gastronomiche, per loro natura conservative ma tutt'altro che statiche, sono estremamente sensibili alle influenze esterne, ai cambiamenti, all'imitazione. "Ogni tradizione, infatti, è il frutto - sempre provvisorio - di una serie di innovazioni e dell'assestamento che esse hanno indotto nella cultura che le ha accolte"<sup>28</sup>.

In quest'ottica, non si può che iniziare la presente trattazione relativa alle grandi tradizioni culinarie a partire da quella tipica del bacino del mediterraneo, formidabile *melting pot* di culture. Il mar Mediterraneo rappresenta infatti lo scenario unico dove, lungo un arco temporale sufficientemente ampio, si è realizzato uno straordinario processo di scambio nel corso del quale le diversità si sono unite a formare una nuova realtà.

### 2.2.1 Cucina mediterranea

Il Mediterraneo è "un'ampia depressione circondata da montagne, con strette pianure litorali dove prevale un suolo scarsamente fertile; uno spazio più favorevole alla pastorizia transumante che all'agricoltura permanente dei terreni. Tre grandi penisole e un insieme di isole dividono in compartimenti le sue acque e facilitano la navigazione, la pesca e il commercio"<sup>29</sup>, "ogni gruppo, con il suo apporto culturale specifico, ha contribuito all'arricchimento comune"<sup>30</sup>.

Fin dal Neolitico, infatti, il *mare nostrum* è stato meta di numerose migrazioni che si sono insediate fra le comunità preesistenti alla ricerca di condizioni di vita migliori: terreni più fertili per coloro che provenivano dai deserti asiatici o africani, un clima meno aspro per gli oriundi della Scandinavia o della Germania. Durante il XI e il XII secolo, i contatti tra le comunità musulmana e cristiana localizzate nella penisola iberica si sono tradotti in intensi scambi commerciali, in cui ingenti quantità di prodotti alimentari sono stati introdotti nelle rispettive culture gastronomiche, modificandone gli assetti<sup>31</sup>.

Dapprima, durante l'alto Medioevo, l'antica tradizione romana che - sul modello di quella greca - identificava nel pane, nel vino e nell'olio i prodotti simbolo della tradizione di una civiltà contadina e agricola, nonché simboli eletti della nuova fede, si incontra con la cultura dei popoli germanici, che vivendo in stretta simbiosi con la foresta, traevano dalla stessa, con la caccia, la pastorizia e la raccolta, la gran parte delle risorse alimentari<sup>32</sup>.

26 Capatti A., Montanari M., "La cucina italiana", 1999

27 Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

28 Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

29 Braudel F., "La Méditerranée. L'espace et l'histoire", Parigi 1985

30 Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

31 Reira-Melis A., 2002

32 Capatti A., Montanari M., "La cucina italiana", 1999; Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

20 Douglas, 1975

21 Bourdieu, 1983

22 Guidoni A., Menicocci M., "Il cibo come linguaggio e cultura"

23 Scholliers, 2001

24 Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

25 Montanari M., Capatti A., Montanari M., "La cucina italiana", 1999

Nel frattempo, la nuova civiltà alimentare nata dal connubio e dalla fusione tra i modelli alimentari di due diverse civiltà, quella romano-cristiana e quella germanica, si incrocia con il mondo arabo che aveva sviluppato sulle sponde meridionali del Mediterraneo una sua specifica cultura alimentare.

Proprio i musulmani, diedero impulso a un rinnovamento agrario - in cui i terreni irrigui giocavano un ruolo fondamentale - in Andalusia e in Sicilia, influenzandone, "contaminandone" il modello alimentare<sup>33</sup>.

La nuova agricoltura islamica comportò l'introduzione di specie vegetali sconosciute o utilizzate solamente dalle classi sociali più benestanti, a causa dei prezzi elevati. Tra i prodotti introdotti nella cucina mediterranea dai musulmani troviamo, in particolare, la canna da zucchero, il riso, gli agrumi, la melanzana, lo spinacio e le spezie. Tra gli elementi rilevanti che si ritrovano in particolare nella cucina dell'area meridionale, troviamo l'impiego dell'acqua di rose, di arance, di limoni, di mandorle e di melagrane.

La cultura islamica, pertanto, partecipa al cambiamento e alla trasformazione dell'unità culturale del Mediterraneo, quale Roma l'aveva a forza costruita, e fornisce un decisivo apporto al nuovo modello gastronomico che si stava formando. Un insieme significativo di alimenti passarono dai musulmani ai latini, trascinandosi con sé le relative tecniche di preparazione e le ricette<sup>34</sup>.

Un'altra vicenda di grande impatto storico è stata, come è notoriamente risaputo, la scoperta-conquista dell'America da parte degli europei. Tale scoperta si rifletté anch'essa in un "andirivieni" di prodotti alimentari: la patata, il pomodoro, il mais, il peperone e il peperoncino, nonché diverse varietà di fagioli.

*Il pomodoro "curiosità esotica", frutto ornamentale solo tardivamente considerato commestibile<sup>35</sup>, il primo ortaggio rosso che arricchì il nostro paniere dei vegetali, è divenuto simbolo della cucina mediterranea e, in particolare, della cucina italiana.*

Se la centralità delle verdure è uno dei caratteri più originali della tradizione mediterranea, appare importante ricordare anche il ruolo dei cereali come base della cucina povera e come arma di sopravvivenza quotidiana, data la loro "capacità di riempimento" riducendo i morsi della fame delle classi meno abbienti.

La tipologia di cereali consumati, così come le modalità di trasformazione, assumono sfaccettature diverse a seconda delle connotazioni geografiche e dalle tradizioni che caratterizzano le popolazioni dei Paesi che si affacciano sul bacino del Mediterraneo. Pane, polenta, cous-cous, zuppe, paella e pasta

rappresentano modi diversi di consumare i cereali.

Questo vasto movimento geo-culinario, che ha beneficiato di apporti alimentari originariamente tipici anche dell'estremo oriente e dell'Africa, "mette in evidenza il fatto che il Mediterraneo agisce come un crogiuolo di civiltà, di credenze, di modi di vita. Il meticciato è una delle cause della sua diversità nonché peculiarità culturale"<sup>36</sup>.

Nella tradizione gastronomica mediterranea vi è dunque possibile riconoscere un tratto di irripetibilità intrinsecamente legato alla sua storia millenaria.

Nel giugno 2008 il Senato della Repubblica Italiana, sottolineando che "l'alimentazione rappresenta un terreno d'incontro, di dialogo, di scambio e di sviluppo, determinante per l'importanza culturale ed economica che riveste in ogni singola Regione del mondo, nel percorso storico dell'alimentazione mondiale", ha approvato una mozione che chiede il riconoscimento del modello di alimentazione tipico della tradizione mediterranea come Patrimonio culturale immateriale dell'umanità da parte dell'Unesco.

Come si è infatti avuto modo di delineare, il modello di alimentazione della dieta mediterranea, quale parte dell'identità storica e culturale del Mediterraneo, non è solo un modo di nutrirsi, ma è espressione di un intero sistema culturale, improntato - oltre che alla salubrità, alla qualità degli alimenti e alla loro distintività territoriale - a una tradizione millenaria che si tramanda di generazione in generazione. Nonostante i mutamenti delle abitudini alimentari e degli stili di vita che si sono verificati a partire dalla seconda parte dello scorso secolo, la dieta mediterranea continua a essere un punto di riferimento non solo nel Mediterraneo, ma anche in altre regioni del mondo, date le sue peculiari caratteristiche nutrizionali.

La dieta mediterranea rappresenta, inoltre, una "risorsa di sviluppo sostenibile molto importante per tutti i Paesi che si affacciano sul bacino del Mediterraneo, per l'incidenza economica e culturale che riveste il cibo nell'intera regione e per la capacità di ispirare un senso di continuità e identità per le popolazioni locali"<sup>37</sup>.

### 2.2.2 Cucina orientale

La cucina orientale - cinese o giapponese - thailandese o vietnamita, è davvero caratteristica, ricca di sapori poco usuali per i popoli occidentali, frutto di una tradizione storica e culturale comparabile per importanza a quella sviluppatasi nel bacino del Mediterraneo.

Ci focalizzeremo in modo particolare sulla grande tradizione cinese e sui tratti distintivi di una cucina che gode di notorietà e diffusione planetaria, in quanto paradigmatica di un approccio più ampio.

<sup>33</sup> Capatti A., Montanari M., "La cucina italiana", 1999; Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

<sup>34</sup> Capatti A., Montanari M., "La cucina italiana", 1999; Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

<sup>35</sup> Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

<sup>36</sup> Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002

<sup>37</sup> Senato della Repubblica Italiana, Seduta n. 21, 17 giugno 2008

Radicata in uno sconfinato mondo rurale, la cucina cinese vanta una straordinaria varietà di ingredienti ed eccellenti qualità dietetiche.

In Cina, da millenni, la salute rappresenta il centro dei comportamenti alimentari. Nella vita quotidiana, infatti, è la cucina a far rispettare le regole della dietetica acquisite come fondamento della medicina tradizionale<sup>38</sup>. Per comprendere la tradizione culinaria cinese, perciò, è indispensabile inserirla nel più ampio contesto di un sapere che definisce i rapporti tra alimentazione e salute.

Questa attenzione alla dietetica, alle caratteristiche nutrizionali dei cibi e degli alimenti che venivano attentamente studiate dai medici e dai taoisti, è emblematica del concetto di alimentazione proprio della tradizione cinese, da migliaia di anni. I cinesi, infatti, individuavano in una corretta e armonica alimentazione uno dei modi principali per migliorare la salute, ricercare la longevità e l'immortalità.

A tal proposito, si ricorda un altro fattore rilevante della tradizione cinese: il ruolo centrale del cibo nelle festività e il valore simbolico di alcune pietanze. In occasione di compleanni e a Capodanno, per esempio, si mangiano i tagliolini, perché la loro forma sottile e allungata simboleggia longevità (questo è anche il motivo per cui si ritiene di cattivo auspicio spezzare le paste lunghe prima di cuocerle).

Per la filosofia taoista<sup>39</sup>, il mondo è un divenire continuo la cui forza propulsiva deriva dall'opposizione dinamica dello *yin* e dello *yang* (il femminile e il maschile, l'oscurità e la luce, il freddo e il caldo) che, lungi dall'essere dei principi teorici, sono categorie concrete della vita che permeano anche la dietetica. Gli alimenti vengono perciò divisi in quattro categorie a seconda della loro natura *yin* e *yang*: freddi e freschi sono *yin*, caldi e temperati sono *yang*<sup>40</sup>.

Gli elementi più ricchi di *yin* sono gli alimenti freschi e non sottoposti a particolari procedimenti, né durante la coltivazione, né durante la conservazione, come le verdure fresche, la frutta, i cereali integrali, le uova e le carni fresche di animali selvatici o pesci. Viceversa, le carni frollate, i prodotti raffinati (zucchero, farina, ecc.), per i processi a cui sono sottoposti, perdono il patrimonio energetico di *yin* per diventare *yang*, "cibi che servono a riscaldare e ad appagare il lato maschile dell'individuo"<sup>41</sup>.

La cucina deve perciò badare a rispettare l'equilibrio e l'armonia di queste categorie di ingredienti.

Nella cucina cinese è anche presente una razionalità tecnica particolare che si può ritrovare nelle modalità di cottura<sup>42</sup> e nel taglio. La cottura insegue l'armonia dei sapori: cuocere intende infatti portare al "compimento ideale della sostanza attraverso il fuoco"<sup>43</sup>. Il taglio sottile degli alimenti prima della cottura, caratteristica di questa cucina, è anche il maggiore criterio di differenziazione rispetto alle altre. Questa pratica, che può tranquillamente essere considerata plurimillennaria, è ben comprensibile se si considera l'uso delle *kuàizi* (bacchette) a essa associato.

La continuità storica propria di questa cucina ha portato i cinesi a nutrire un sentimento nazionalistico di superiorità in materia culinaria. "Le nazioni che non sanno mangiare o godere della vita come fanno i Cinesi ci appaiono rozze e barbare"<sup>44</sup>.

Rispetto alla tradizione mediterranea, più avvezza al consumo di vino, in Cina è il tè l'elemento caratteristico della tradizione, tanto importante da essere annoverato tra i sette prodotti indispensabili alla vita, ovvero insieme a combustibile, olio, riso, sale, salsa di soia e aceto. I cinesi furono i primi a coltivare il tè e la produzione e il consumo sono diffusi nel territorio dai tempi della dinastia Tang (618-907 d.c.).

Anche in Cina, l'alimentazione costituisce un fatto sociale di enorme rilevanza. Si ritrovano nella cultura gastronomica cinese, e più in generale asiatica, infatti, tratti comuni alla convivialità tipica della tradizione mediterranea. Un gusto per il cibo che si traduce in gusto per il consumo insieme ad altre persone, contemporaneo veicolo di piacere e relazione.

### 2.2.3 Cucina anglosassone

La cucina anglosassone, in particolare nord americana, nasce da logiche, approcci, contesti sociali molto diversi da quelli citati in precedenza.

La mancanza di una storia millenaria, che consente la sedimentazione nel tempo di prassi e valori culturali diffusi; un'elevata tendenza alla mobilità che impedisce il radicamento al territorio; l'assenza oggettiva di prodotti tipici che caratterizzino uno stile culinario; stili di vita e di consumo improntati all'individualismo, al pragmatismo e alla velocità<sup>45</sup>. Tutti questi fattori sembrano avere impedito in Nord America lo sviluppo di una cultura gastronomica originale e di elevata qualità.

L'influsso che la cultura nord americana ha esercitato sul Regno Unito nel secolo scorso, unito a una generale e modesta propensione degli inglesi per le attività alimentari, rende oggi possibile accomunare i due Paesi sotto questo profilo. Numerosi autori si riferiscono all'intero mondo anglosassone quando parlano di *western diet*.

38 Boudan C., "Le Cucine del Mondo: la geopolitica dei gusti e delle grandi colture culinarie", 2005

39 Dalla prima metà del I millennio a.C. le scuole di pensiero tradizionali come il confucianesimo e il taoismo, con l'aiuto dei comportamenti proposti dai maestri, dispensano "ricette di vita". Queste scuole si innestano in un'antropologia regolata dalle nozioni di tao, di yin e yang. Boudan 2005; Granet M., "La pensée chinoise", 1934

40 Boudan, 2005

41 Minelli E., "La dietetica nella medicina tradizionale cinese", 1998

42 La cottura al wok o al vapore sono tipiche di questa tradizione, così come il gioco delle temperature e l'intensità della fiamma.

43 Sabban F., "Le système des cuissons dans la tradition culinaire chinoise, Annales ESC, aprile 1983, 2, p. 357

44 Lin Yutang, "La Chine et les Chinois" Parigi, 1937, p. 353

45 Lang, Heasman

Quando cucinare era ancora una comune pratica domestica all'interno dell'Europa continentale, in Inghilterra o negli Stati Uniti si faceva per lo più per dovere piuttosto che con piacere, in un'atmosfera che sfilava le mansioni culinarie, considerate alla stregua di mera *corvée*<sup>46</sup>. La preparazione superficiale e frettolosa delle pietanze, la predominanza di dolci e zuccheri, la riduzione del ventaglio di ricette attorno a due alimenti simbolo: - la carne alla griglia e una salsa *passe-partout*<sup>47</sup> - sembrano costituire i tratti caratteristici della prassi gastronomica anglosassone.

Nel caratterizzare la tradizione culinaria anglosassone, non si può non rilevare che già all'inizio degli anni sessanta in America, e successivamente anche in Inghilterra e in Europa, il lavoro femminile coinvolge tutte le classi sociali<sup>48</sup>. La donna diventa perciò una manager, una professionista che rifiuta il modello femminile affermatosi negli anni precedenti (la donna principalmente dedicata alla cura della casa e dei figli). Il consumo di cibo diventa perciò un momento di socializzazione, legato principalmente alla sfera ricreativa.

I cambiamenti sociali intercorsi con la conseguente minor disponibilità di tempo da dedicare alla cucina, associati a una rapida e intensa industrializzazione della produzione agroalimentare e alla diffusione del cibo pronto (il cosiddetto *prêt-à-manger*), spiegano perché il consumo di pasti consumati fuori casa, di cui la maggior parte nei *fast food*, si incrementi in modo esponenziale.

Si ricorda però, che questa disaffezione è anteriore all'industrializzazione dell'alimentazione che non ne è totalmente responsabile, poiché questo settore fu uno degli ultimi a essere interessato dalla meccanizzazione. Secondo alcuni studiosi<sup>49</sup> anche l'interruzione nella trasmissione della cultura popolare, dovuta all'emigrazione rurale e alla pauperizzazione, ha contribuito a far crescere il disinteresse culinario per lasciare il posto nelle città del XIX secolo a "un'ignoranza alimentare e culinaria incredibile"<sup>50</sup>.

In sintesi, è possibile rilevare che l'orientamento economico e la mancanza di una forte tradizione alimentare, contribuirono a orientare il cittadino americano e anglosassone verso la velocità di consumo e di scelta, e a una conseguente disattenzione verso le caratteristiche nutrizionali del prodotto.

*"In molte cucine inglesi, la cucina non riesce a causa dei modi rapidi con i quali viene eseguita e per gli eccessi di calore prodotto dagli enormi focolai a carbone tenuti costantemente accessi in qualunque stagione, e senza i quali le cameriere sprovviste immaginano non sia possibile cucinare bene alcun pranzo"*<sup>51</sup>.

*"L'abbondanza e la bellezza dei prodotti che abbiamo in America contrasta abbondantemente con lo stile di cucina più comune nel nostro Paese. Quanto spesso in viaggio ci sediamo a tavole colme di prodotti, della miglior specie, ma che nella preparazione sono stati rovinati al punto da non aver più nulla di mangiabile"*<sup>52</sup>

Si tratta forse del caso più evidente di come l'assenza di un patrimonio di conoscenze e di scelte condivise (la cultura alimentare) finisca con lo "scaricare" sul singolo individuo, che non dispone degli strumenti informativi e culturali di base, il processo di scelta e selezione degli alimenti, con esiti molto negativi.

Già nel 1872 Catharine Beecher nel libro "American's Home" esorta i cittadini americani a cambiare l'alimentazione e le abitudini. Catharine Beecher ritiene infatti che "i cibi più malsani siano quelli fatti da una cattiva cucina, come il pane pesante e acido, i dolci, la pasta sfoglia e le altre preparazioni a base di farina e grassi mescolati e cotti. Meno miscugli ci sono in cucina, più è sana l'alimentazione"<sup>53</sup>.

Secondo questa scrittrice tale situazione doveva e deve essere affrontata alla radice, all'origine dell'insegnamento di tecniche culinarie complesse.

Per quanto riguarda gli Stati Uniti, ciò che appare molto interessante, è stato anche il fenomeno delle migrazioni. Malgrado gli USA siano terra di passaggio e insediamento per definizione di uomini appartenenti a tutti i popoli e a tutte le civiltà, come osserva Bevilacqua, non si è prodotto - se non come fenomeno marginale - un processo di contaminazione creativa capace di portare alla nascita di approcci originali. Al contrario, si è osservato un generale livellamento verso una mediocrità condivisa.

Vari sono i tentativi di spiegazione. Certo occorre ricordare come nel passato la speranza di far parte del sogno americano abbia spesso indotto gli ultimi arrivati a un rapido processo di assimilazione.

#### 2.2.4 Crossover alimentari

*"L'alimentazione può essere considerata uno degli elementi della vita individuale più sensibili alle variazioni della realtà circostante, legato, però, saldamente, a tradizioni e abitudini radicate che [...] sono state a loro volta progressivamente trasformate"*<sup>54</sup>.

In passato, il mutamento della cultura alimentare era perlopiù dovuto a fenomeni di natura migratoria. Oggi la globalizzazione, una crescente mobilità tra Paesi, il desiderio di scoperta dei tratti caratteristici delle altre civiltà in un processo di **avvicinamento all'"altro"**, nonché le strategie di espansione indu-

46 Boudan C., 2005

47 Sabban F., "Le système des cuissons dans la tradition culinaire chinoise, Annales ESC, aprile 1983, 2, p. 357

48 Nel 1970 le donne americane con un'occupazione erano il 39,5%.

49 Stephen Mannell

50 Mannell S., "Français et Anglais à table", p. 294

51 Acton E., "Modern Cookery for private family", Londra, 1845; Boudan C., 2005

52 Beecher C., Beecher Stowe H., "The American woman's home, or Principles of Domestic science, J. B. Ford, New York, 1872

53 Beecher C., "The American's woman's home, or principle of domestic science, p. 133; Boudan C., 2005

54 Filippa M., 2003

striaie di alcune realtà multinazionali, hanno modificato il paesaggio culinario.

Nel corso degli ultimi decenni, perciò, la distinzione tra gli approcci alla cucina tipici delle grandi tradizioni alimentari e le preferenze alimentari manifestate a livello individuale e aggregato è diventata sempre più confusa. La "mcdonaldizzazione" delle abitudini alimentari<sup>55</sup> a livello mondiale è un fatto, così come l'ampio sviluppo, in Occidente dei ristoranti etnici.

In Cina, ad esempio, l'avvicinamento al *fast food* (definito in loco *kuican*, pasto veloce), alle grandi catene quali McDonald's o KFC (*Kentucky Fried Chicken*), è avvenuto tramite la televisione e il cinema, che ne hanno diffuso la conoscenza e soprattutto il "desiderio". Il fenomeno è successivamente "esploso" nei centri urbani perché il modello di ristorazione e di consumo proposti rappresentavano "un'esperienza", la scoperta di quella vita americana che vedevano solamente nei film. E' infatti opinione diffusa tra i cinesi che gli *hamburgers* e le *french fries* tipicamente offerte in queste catene, sono considerate *chi bu bao*<sup>56</sup>, uno *snack* non particolarmente buono e gustoso, di scarso valore nutrizionale, estremamente lontano dalla dietetica tradizionale.

Tale modello, inoltre, era ed è considerato particolarmente attraente perché permetteva di infrangere, per un istante, le regole di comportamento della tavola: nel *fast food*, infatti, si mangia con le mani e si presta meno attenzione al cerimoniale tradizionale.

Generalmente, l'avvicinamento a modelli alimentari di estrazione americana così come alla cucina etnica, è perlopiù avvenuto attraverso la ristorazione commerciale.

In Italia, ad esempio, dove questo processo è arrivato con ritardo rispetto ad altri Paesi - a causa di una più radicata tradizione alimentare preesistente - l'avvicinamento alla cucina etnica, è dapprima avvenuto con il ristorante cinese al quale si sono poi affiancate anche altre cucine: cucina indiana, cucina *tex-mex* e spagnola che, nel giro di pochi anni sono diventate, soprattutto tra i giovani, le più gradite.

Più recentemente, forse anche in linea con una visione più salutistica del cibo, ha avuto uno strepitoso successo la moda della cucina giapponese. Oggi si moltiplicano i ristoranti stranieri: thailandesi, sudamericani, africani, multietnici e *fusion*.

Attraverso i ristoranti, gli italiani, così come gli abitanti di altri Paesi, hanno incominciato a scoprire nuovi sapori che spesso desiderano replicare nelle proprie abitazioni, aprendo così alla distribuzione commerciale di prodotti etnici.

Dando uno sguardo alle discussioni sui cd. *blog di internet* c'è chi addirittura propone di festeggiare il Natale non con il classico panettone ma con *cous cous*, ravioli al vapore, pollo speziato

e *sushi*. Anche se gli italiani non sono ancora arrivati a mangiare formiche (in un negozio etnico di Milano si vendevano formiche per immigrati dell'afrika centrale nostalgici del cibo di casa loro; un po' come possono esserlo con la pasta molti connazionali che vanno a vivere all'estero), il consumo di prodotti stranieri, cresce<sup>57</sup>.

"La scoperta di un manicaretto nuovo fa per la felicità del genere umano più che la scoperta di una stella"<sup>58</sup>.

## 2.3 Alimentazione e rituali sociali

In un'epoca in cui il cibo sembra essere diventato un problema razionale su cui fare scelte mediate, il portato del suo valore culturale, emozionale e sensoriale può invece costituire un elemento su cui riflettere nella definizione della nuova visione del futuro dell'alimentazione.

Il cibo e la sua condivisione assumono significati particolari per l'individuo, il gruppo, la società. Per sua natura il **cibo racchiude un significato simbolico e relazionale**<sup>59</sup>, che va oltre il valore nutritivo e la necessità fisica di alimentarsi. La cena, ad esempio, è un momento prevalentemente relazionale, durante la quale si avvia un processo di costruzione e condivisione dell'intimità e della vicinanza, nonché si dà atto a un coinvolgimento affettivo ed emotivo. Il cosa e il come mangiare sono intesi come un insieme di prodotti e convenzioni dal preciso significato identitario.

### 2.3.1 Cibo come piacere condiviso

Si può essere portati a pensare che il gusto sia una realtà soggettiva, per molti versi incommunicabile. In realtà, **il gusto del cibo è un aspetto collettivo**, che può essere comunicato e condiviso. Il gusto quindi è un prodotto sociale<sup>60</sup>.

La condivisione del cibo può costituire il punto di ingresso in una comunità, rendere le persone parte integrante della stessa cultura, metterle in comunicazione. Il dono del cibo, ad esempio, getta un ponte tra le persone, e in tutte le società ha sempre avuto un peso rilevante nelle dinamiche sociali.

Come conseguenza di questo, la **condivisione dello stesso cibo** è all'origine di rituali. Il cibo nella sua dimensione sociale richiede infatti convenzioni condivise, che consentano l'interazione ordinata tra persone.

E' la ripetitività stessa dei gesti, nel tempo, che pone le basi per la sedimentazione dei comportamenti in forma di rituale. Rituali che assumono forme diverse, come può essere diversa una cena in famiglia da una colazione di lavoro.

<sup>57</sup> Piccinini E., 2007

<sup>58</sup> Anthelme Brillat-Savarin, *Afortisma IX*

<sup>59</sup> Douglas M., Isherwood B., "The world of Goods: Towards an Anthropology of Consumption", 1979; Barthes R., "Mythologies", 1957; Muller K., "Piccola etnologia del mangiare e del bere", 2005

<sup>60</sup> Flandrin J.L., "Il gusto e la necessità", 1994; Harris M., "Buono da mangiare. Enigmi del gusto e consuetudini", 1990

<sup>55</sup> Guigoni A., Menicocci M., "Antropologia dell'Alimentazione", art. 2001

<sup>56</sup> Counihan C., Van Esterik P., "Food and Culture: a reader" II Edition, 2008

Alla base di questa possibilità, vi è il dato oggettivo del piacere di accostarsi alla stessa tavola. Vi è infatti un legame diretto e indissolubile tra il gusto del cibo e il piacere di una condivisione.

### 2.3.2 Riti della tavola

L'attenzione nel preparare la tavola, per sé e per gli altri, la disposizione delle vivande e dei piatti, così come la cura nel cucinare i propri piatti preferiti sono tutti rituali quotidiani e in alcuni casi relativi a particolari momenti (feste, ricorrenze, ecc). In generale, si tratta di momenti preziosi, che caratterizzano la famiglia, le sue abitudini e la sua quotidianità.

Si può definire il rito come un insieme di atti e pratiche, il cui ripetersi va a formare nel tempo i modelli culturali di una data società. Esso svolge nel medesimo tempo una funzione di trasmissione dei valori e delle norme, di istituzionalizzazione dei ruoli, di riconoscimento dell'identità e di coesione sociale.

Numerosi sono gli aspetti di ritualità legati al consumo di cibo, molto diversi a seconda del contesto culturale.

Un esempio pregnante di rito della tavola si può ritrovare nel vino e nei gesti che ne accompagnano il consumo. L'apertura di una bottiglia di vino racchiude un insieme di movimenti codificati all'interno del mondo occidentale. Si tratta di gesti che ritroviamo in famiglia, così come al ristorante. Allo stesso modo nel momento dell'assaggio, quando uno dei commensali si impegna nel degustare e valutare la qualità della bevanda a beneficio degli altri, vi possiamo ritrovare una certa ritualità. Colui che assaggia, infatti, a prescindere dal grado di conoscenza e di esperienza in fatto di degustazione, per prima cosa osserverà il vino contenuto nel bicchiere, cercando di coglierne le sfumature nel colore. Successivamente, proverà a coglierne il profumo e gli aromi. Infine, l'insieme dei gesti che precedono il momento proprio del bere, prevedono un ultimo rituale in cui il vino viene sorseggiato per apprezzarne il gusto, prima che venga offerto agli altri commensali.

Dal punto di vista della ritualità, il vino si differenzia molto dall'acqua, dalla birra o dal sakè. Nel caso dell'acqua, ad esempio, non si riscontrano abitualmente gesti o pratiche precedenti al consumo. Si può solamente individuare una certa ritualità nei gesti di condivisione con gli altri partecipanti al pasto.

I rituali sono dunque la manifestazione concreta di una cultura. Non si tratta della ripetizione meccanica di gesti, ma dell'evocazione di valori e stili di vita.

### 2.3.3 La competenza e il sapere culinario come distinzione sociale

Quanto scritto nel 1826 da Brillat-Savarin "*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*"<sup>61</sup> è probabilmente l'emblema del cibo come espressione della personalità e del carattere di un individuo.

Secondo Barthes<sup>62</sup>, con la sovrabbondanza si è indebolito il valore nutrizionale del cibo, mentre sono stati enfatizzati altri significati, capaci d'identificare l'individuo o gruppi di essi.

Le cosiddette **valenze accessorie al cibo**, ovvero tutti quei significati espressi dal cibo diversi dalla mera nutrizione, sono infatti in grado di far emergere l'identità di una persona o di un gruppo. Pertanto, il cosa e il come mangiare possono costituire l'oggetto che permette di identificare e identificarsi.

Questi elementi accessori sono individuabili in molteplici aspetti.

La **partecipazione** o meno alla mensa è un primo segno di appartenenza al gruppo. Le comunità monastiche, ad esempio, si riuniscono nel refettorio, mentre l'eremita rifiuta la condivisione come simbolo del distacco dalla società<sup>63</sup>.

La tavola è, inoltre, uno strumento per definire i **ruoli e i rapporti** tra i presenti. Basti pensare alla differenza di ruolo tra maschi e femmine in alcune società del passato (i primi seduti e le seconde in piedi a servire) oppure al monarca che mangia da solo, così come nell'era moderna avviene per i rapporti formali (banchetto diplomatico o politico). Anche la forma stessa del tavolo - rettangolare o tondo - è un elemento di gerarchia o democrazia sociale. Inoltre, il posto a sedere ha una sua precisa valenza a seconda dei contesti storici, sociali o politici. Anche la spartizione del cibo, ovvero l'attribuzione di un pezzo piuttosto che un altro, non è casuale, bensì la riproduzione dei rapporti di potere e prestigio all'interno del gruppo<sup>64</sup>.

Allo stesso modo, come osserva Montanari, la qualità e quantità del cibo è espressione della cultura, della tradizione culinaria e, al tempo stesso, dell'appartenenza sociale. Il come e il quanto ci si alimenta deriva e rivela il ruolo sociale dell'individuo. Questo però cambia col passare del tempo e a fronte dei cambiamenti storici. Così se nel Medioevo, ad esempio, la classe nobile consumava carne e l'immagine del contadino era associata ai frutti della terra, successivamente, il distinguo si basava sulla differenza tra buono e cattivo. Oggi, ad esempio, si considerano di particolare valenza culturale e sociale i prodotti tradizionalmente poveri e rustici (come i cereali, miglio, segale, orzo), un tempo legati alla tradizione contadina.

In questa interpretazione, i prodotti e le convenzioni alimentari possono essere visti come l'espressione verbale della propria identità. Il lessico del cibo, come per il linguaggio, varia a seconda dell'individuo: potrà essere più o meno ampio a seconda della disponibilità e accessibilità ai prodotti, dei gusti e delle opzioni culturali e religiose del singolo. Il linguaggio del cibo può accomunare e distinguere le persone e i gruppi. Nel Medioevo, ad esempio, le spezie distinguevano la classe ricca

62 Barthes R., "Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine", 1961

63 Montanari M., "Il cibo come cultura", 2008

64 Montanari M., "Il cibo come cultura", 2008

61 Brillat-Savarin A., "Fisiologia del gusto", 1826

da quella povera<sup>65</sup>.

In conclusione, il cibo è un veicolo di auto-presentazione e di scambio culturale<sup>66</sup>. Attraverso codici di comunicazione trasmette, infatti, un insieme di valori simbolici e di significati di varia natura (economici, sociali, politici, religiosi, etnici, estetici, ecc.). Il sistema alimentare contiene e trasporta la cultura, le tradizioni e l'identità di un gruppo e costituisce il primo modo per entrare in contatto con culture diverse. Un esempio su tutti è la contaminazione tra culture diverse avvenuta durante il Medioevo europeo. In quel periodo, infatti, la combinazione tra la cultura romana e quella barbarica unisce il consumo di pane, vino e olio con carne e grassi animali. Il pane e il maiale diventano i segni alimentari dell'identità europea. In sostanza, si assiste a uno spostamento di valenze simboliche dal Vicino e Medio Oriente al nord del Mediterraneo. In seguito, fu la volta della contaminazione da parte di nuove piante e tecniche agricole provenienti dall'Africa e dall'estremo orientale.

Un altro esempio è rappresentato dalla cd. cucina del "migrante", permanentemente alle prese col problema di conservare la propria identità misurandola con quella altrui. Il cibo, in definitiva, si comporta come vero e proprio strumento di riappropriazione identitaria nel momento in cui questa venga a mancare, è il ponte verso i propri affetti, i propri luoghi<sup>67</sup>.

Il cibo mantiene in vita il legame con la cultura di origine, in modo vivo perché diretto, immediato, fisico.

Il cibo "evoca, e in qualche modo presentifica un luogo antropologico, fatto di parole, memorie, ricordi, storie, persone, relazioni. Attraverso il mangiare si snoda, si consuma, si risolve talvolta di rafforza la nostalgia del luogo di provenienza. Si misura il tipo di legame che con esso si continua ad avere<sup>68</sup>.

## 2.4 Storia recente dell'alimentazione

Come già evidenziato in premessa, la storia del rapporto dell'uomo con il cibo coincide con la storia stessa dell'umanità. Dal primo giorno di vita sulla terra, il problema di come rapportarsi efficacemente e in modo efficiente con l'esigenza quotidiana di alimentarsi ha riguardato uomini e animali. Nel caso degli uomini, questo aspetto problematico si è trasformato da *fattore critico ad opportunità*, sino a rendere possibile una straordinaria epopea sociale e culturale.

L'intera storia dell'umanità offre dunque, con sfaccettature diverse, materiale di analisi di straordinario valore. La scelta di concentrare la nostra riflessione su di un periodo di tempo, quello a noi più prossimo, si giustifica per l'eccezionale rilevanza del momento attuale. In un'epoca in cui il cibo sembra diventato un problema razionale su cui fare scelte mediate, il

portato del suo valore culturale, emozionale e sensoriale può reindirizzare la visione del futuro dell'alimentazione.

Esiste infatti un *fil rouge* che lega tra loro i temi della cultura, della qualità, della salute, dell'alimentazione come esperienza.

### 2.4.1 Anni '70: nascita dell'industria alimentare moderna e "reclame" del cibo

Il secondo dopoguerra segna la nascita dell'industria alimentare moderna. Si realizza in quegli anni un ciclo straordinario di innovazioni tecnologiche che rende possibile un progresso economico e sociale, soprattutto in Europa, fortemente accelerato. Migliorano i trasporti urbani ed extra urbani, migliora la logistica, si registra l'impetuoso sviluppo dell'automobile e delle infrastrutture viarie. Sul versante più strettamente alimentare si assiste al progresso nelle metodologie di conservazione e preparazione degli alimenti, agli sviluppi delle conoscenze scientifiche nella gestione degli allevamenti animali e delle coltivazioni, alla diffusione degli elettrodomestici.

La diffusione capillare dei mezzi di comunicazione di massa da origine a nuovi modelli di consumo. Accedono alle prime forme moderne di produzione alimentare di natura industriale intere fasce di popolazione.

In Italia gli anni '50 e '60 sono anni di grande mobilità sociale, nei quali nasce una nuova classe imprenditoriale e si allarga l'accesso alle Università. Si forma una classe media la cui prevalenza sarà fino a tutti gli anni '90 una delle caratteristiche sociali più rilevanti del nostro Paese.

Ma sono anche anni di elevata mobilità territoriale dal Sud al Nord del Paese e di spostamento dalle campagne alla città (urbanizzazione). Accanto al consolidarsi del ceto medio, nasce una vasta classe di proletariato urbano.

Parallelamente al consolidarsi di regimi politici democratici e al rifiorire, in forma rinnovata, dell'industria, dopo le ristrettezze della guerra, si assiste dunque nel mondo occidentale all'affermarsi di una condizione di benessere economico diffuso che costituisce uno dei fattori essenziali per la nascita di una moderna società dei consumi.

In retrospettiva, uno degli elementi che sembra aver segnato in modo più marcato lo sviluppo sociale dei Paesi europei, come era accaduto più di un decennio prima negli Stati Uniti, è stato la nascita della televisione.

Al di là degli aspetti di natura più strettamente sociologica legati alle dinamiche di creazione del consenso od all'omogeneizzazione del linguaggio e dei consumi, dal punto di vista strettamente economico il *business* della televisione costituisce infatti la cinghia di trasmissione di un nuovo approccio alla comunicazione di beni e prodotti. Con la televisione nasce l'industria pubblicitaria moderna, che tanta parte ha avuto nelle sorti delle produzioni di beni di largo consumo, anche alimentare.

65 Neresini F, Rettore V, "Cibo, cultura, identità", 2008

66 Montanari M., "Il cibo come cultura", 2004

67 Pravettoni P.

68 Teti V, 1999, pag 84

La televisione, la stampa e, nel caso specifico, la pubblicità si offrono come mezzi ideali per una pedagogia del consumo, diffondendo le novità del momento, i nuovi beni industriali da trasformare in simboli di *status*.

Icona di questo fenomeno è il Carosello televisivo che, nato nel 1957, diviene ben presto un formidabile mezzo di comunicazione pubblicitaria e dunque un canale per nuovi modelli di comportamento.

Ma il mezzo televisivo, oltre ad essere volano di comunicazione per sua natura piuttosto invasivo, arriva ad incidere direttamente perfino sulle stesse **modalità di consumo dei beni alimentari**. Sembra risalire al 1953 la nozione di "TV dinner", con la proposta - da parte di Swanson & Sons, una media azienda di cibo congelato - di un piatto innovativo: un tacchino precotto, pronto per essere consumato davanti al televisore, in grado di ridurre al minimo le operazioni di preparazione. La leggenda vuole che l'innovazione di prodotto sia nata dal bisogno di smaltire una fornitura di tacchini in eccesso rispetto alla domanda di mercato. Come spesso accade, da un problema contingente nasce un *concept* di prodotto di straordinario successo.

Ciò che pare rilevante, con riferimento ai primi tentativi di mettere a fuoco contenuti di prodotto e forme di comunicazione innovativi, è il fatto che l'industria alimentare - negli Stati Uniti prima, in Europa attraverso l'importazione di logiche e modalità operative poi - sembra distillare abbastanza rapidamente una formula di successo che, seppure costantemente aggiornata nel tempo, mantiene invariati nel tempo i suoi elementi di base.

Aggressive campagne pubblicitarie, attenzione maniacale al *packaging*, competizione concentrata sul prezzo e sulla convenienza (giocata anche in chiave di proposizione di porzioni sempre più ricche e caloriche), capacità di individuare modalità di consumo coerenti con uno **stile di vita medio sempre più veloce e convulso**.

Si introduce così una delle dimensioni ancora oggi centrali in ogni sviluppo di pensiero relativo al ruolo del cibo nel futuro: la velocità. Si tratta dell'elemento che più di ogni altro ha segnato una differenza sostanziale nella struttura della vita delle persone negli ultimi cinquanta anni. Essa ha investito ogni sfera della vita delle persone, anche quello relativo ai tempi e alle modalità del consumo di cibo.

In quegli anni, questa velocizzazione dei ritmi di vita non costituisce un motivo di disagio. Il tipo di proposta alimentare qui descritto corrisponde con quello che domanda un consumatore nuovo, ottimista, inebriato dallo sviluppo economico accelerato e dalle prospettive di progresso suggerite da scienza e tecnologia. Un consumatore che non conosce i nessi tra alimentazione e salute, verso i quali sembra in generale molto poco sensibile.

Se da un lato, gli anni '50 e '60 sono gli anni della grande "sbornia" alimentare che fa seguito - soprattutto in Europa -

alle angustie dei conflitti mondiali, con un'attenzione nel complesso modesta verso la qualità e gli aspetti nutrizionali dei prodotti, non va però dimenticato che, nel contempo segnano anche un'epoca nella quale l'industria alimentare promuove - in positivo - i suoi **valori peculiari: sicurezza alimentare, controllo dei processi, ampiezza di scelta per il cliente, accesso al cibo**.

Parallelamente alla nascita della comunicazione pubblicitaria ha inizio la rivoluzione nella **distribuzione**, con l'imporre - in tutto il mondo occidentale - della grande distribuzione organizzata.

Basterebbe rivedere il racconto "Marcovaldo al supermarket" (Italo Calvino, 1963) per comprendere, pur tra le pieghe di un umorismo raffinato, l'effetto di novità, quasi destabilizzante, rappresentato da questi nuovi "negozi" nelle città europee.

*"Insomma, se il tuo carrello è vuoto e gli altri pieni, si può reggere fino a un certo punto: poi ti prende un'invidia, un crepacuore, e non resisti più. Allora Marcovaldo, dopo aver raccomandato alla moglie e ai figlioli di non toccare niente, girò veloce a una traversa tra i banchi, si sottrasse alla vista della famiglia e, presa da un ripiano una scatola di datteri, la depose nel carrello. Voleva soltanto provare il piacere di portarla in giro per dieci minuti, sfoggiare anche lui i suoi acquisti come gli altri, e poi rimetterla dove l'aveva presa. Questa scatola, e anche una rossa bottiglia di salsa piccante, e un sacchetto di caffè, e un azzurro pacco di spaghetti. Marcovaldo era sicuro che, facendo con delicatezza, poteva per almeno un quarto d'ora gustare la gioia di chi sa scegliere il prodotto, senza dover pagare neanche un soldo. Ma guai se i bambini lo vedevano! Subito si sarebbero messi a imitarlo e chissà che confusione ne sarebbe nata!"*

Risale agli anni '50, seppure in forma pionieristica, anche la nozione di *fast food*. E' nel 1955 che Raymond Kroc fonda l'impresa ad oggi di maggior successo nel settore, la celeberrima e globale Mc Donald's, e con essa una nuova modalità, del tutto originale, di assumere e consumare il cibo, diversa da quella del passato.

Gli anni '70 segnano, nel rapporto con il cibo, il definitivo imporsi, in forma strutturata, delle dinamiche manifestatesi nei decenni precedenti. In un contesto di profonda inquietudine giovanile e di messa in discussione della famiglia e dei suoi riti, i tratti caratteristici della nuova realtà dei consumi divengono la norma, il modo abituale di vivere il rapporto con il cibo: industrializzazione spinta - anche come possibilità tecnologica, crescente massificazione, l'imporre della grande distribuzione e delle sue catene, il cambiamento dei gusti sempre più nella direzione **del meno cibo cucinato e più cibo pronto** (anche surgelato), una pubblicità sempre più incidente sulle dinamiche di consumo.

Un cibo sempre meno concepito come forma di piacere, rito collettivo e conviviale, o tutt'al più stuzzicante oggetto di curiosità. Un contesto sociale in cui le scelte gastronomiche sono

sempre più ridotte a risposte meccaniche alle sollecitazioni della pubblicità e dei tempi frenetici della vita quotidiana, quasi un riflesso condizionato delle pressioni che stanno modificando strutturalmente la vita delle persone, senza che queste abbiano ancora avuto il tempo di elaborare strategie di risposta e adattamento.

#### 2.4.2 Anni '80 e '90: globalizzazione, edonismo fast e filosofia slow

Ad uno sguardo d'insieme, il ricordo degli anni '80 è legato all'imporsi di nuove prospettive politiche di carattere liberista (Ronald Reagan negli Stati Uniti e Margaret Thatcher in Gran Bretagna), ad un processo di sviluppo economico accelerato e di rilancio dei Paesi occidentali, all'imporsi di stili di vita di carattere edonistico, alla definitiva sconfitta del terrorismo in alcuni Paesi europei, alla caduta del Muro di Berlino.

E' nella seconda metà degli anni '80, in questo contesto in forte movimento, che nasce il movimento di pensiero *slow food*, in aperto e dichiarato contrasto con il dilagare del *fast food* e della frenesia della vita moderna. Il movimento *slow food* studia, difende e divulga le tradizioni agricole ed enogastronomiche di ogni parte del mondo, rivendicando il diritto al piacere nel rapporto con il cibo.

Soprattutto - e questo elemento costituisce il tratto culturale più innovativo del movimento - con *slow food* nasce l'idea che l'atto di consumo sia un atto politico, che implica la consapevolezza delle conseguenze socio economiche delle scelte alimentari. Conseguenze per sé e per gli altri.

Mentre emergono i primi elementi di reazione alla **banalizzazione del rapporto con il cibo** intervenuta nella seconda metà del ventesimo secolo, i primi anni '90 vedono l'irrompere sulla scena mondiale del fenomeno della **globalizzazione**. E con la globalizzazione il sorgere di una rinnovata curiosità per le abitudini alimentari e gli stili di vita di altri popoli. Il discorso sul cibo torna a farsi popolare e ad interessare fasce crescenti della popolazione, come è testimoniato dalla presenza - dai primi anni '90 irrinunciabile - di numerosi programmi di approfondimento su tutte le televisioni generaliste europee.

La diffusione del **turismo di massa e il crescere dei fenomeni migratori** accompagnano un'esperienza di scoperta delle tradizioni alimentari di altri Paesi.

Questa è però anche la fase nella quale sembra emergere una frattura, difficile da sanare, tra un'impostazione culturale anglosassone, ancora fortemente ancorata ad un modello alimentare produttivista e una "europea" - che pur soggetta alle dinamiche di consumo dei decenni precedenti - inizia a recuperare criticamente nella vita quotidiana, soprattutto nei Paesi dell'Europa mediterranea, il tema del cibo come fattore di natura culturale, ricercando spazi per il suo godimento.

Un modello - quello europeo - in cui la quantità consumata sembra iniziare a contare meno della sua qualità, dove la varietà

dei cibi e delle preparazioni non viene costantemente sacrificata ad un consumo massiccio e prevalente di un unico alimento (la carne). **Un modello, infine, che tenta, magari anche a fatica, di recuperare la dimensione sociale dell'alimentazione.**

#### 2.4.3 Oggi: il carrello pieno di ... benessere o minacce per la salute

Solo negli ultimi quindici si realizza però all'interno delle dinamiche alimentari del ricco occidente una svolta decisiva, che porta l'alimentazione all'attenzione sempre più preoccupata dei *policy makers*.

Nel corso della seconda metà del secolo scorso hanno infatti iniziato a vedere la luce i primi studi osservazionali volti ad evidenziare il legame tra i comportamenti delle persone e l'insorgere delle malattie. Si è così avuto conferma scientifica del legame strettissimo esistente tra le scelte individuali e le conseguenze delle stesse sulla salute, e si è potuto cominciare ad indagare la natura dei fattori sociali, ambientali e culturali sottostanti. L'ambito delle prassi alimentari, in particolare, è emerso come uno di quelli più connessi alla qualità della vita e alla salute delle persone e dunque anche uno di quelli più promettenti in termini di risultati conseguibili in ottica di prevenzione.

Entra così in crisi il **modello produttivista**<sup>69</sup> che ha governato il mondo dell'alimentazione per quasi duecento anni. Basato sull'industrializzazione della produzione agricola e alimentare, sulle monoculture, sull'uso di pesticidi e fertilizzanti, esso va in crisi sui temi della salute delle persone.

Mentre l'Unione Europea si prepara oggi ad emettere una normativa vincolante per i cibi funzionali (quegli alimenti che in modo scientificamente provato svolgono un ruolo benefico per le persone), la dimensione della salute si aggiunge al recupero delle **valenze culturali, politiche e sociali della relazione con il cibo, prefigurando** nuove tendenze e una nuova epoca di approfondimento creativo.

#### 2.5 L'impoverimento del rapporto cibo-cultura

*"Se un cibo è più della somma dei nutrienti che lo compongono e una dieta è più della somma dei cibi che la compongono, allora una cultura culinaria è più della somma dei menù ad essa riconducibili, ma abbraccia l'insieme delle abitudini alimentari e delle regole non scritte che - congiuntamente - governano la relazione di una persona con il cibo e con l'atto di mangiare".*

Michael Pollan, in un recente lavoro<sup>70</sup>, esprime ed evidenzia attraverso queste parole la dimensione sociologica del cibo e del mangiare.

Come si è già avuto modo di menzionare, il movimento *Slow Food*, in modo simile a Pollan, ha inteso esplicitare e portare al centro del dibattito sul cibo la sua dimensione culturale e so-

69 Lang T, Heasman M, "Food Wars", 2005

70 Pollan M., "In Defense of Food. An Eater's Manifesto", 2008

ciale. Una simile prospettiva, ben lungi dall'essere meramente teorica, ha notevoli implicazioni concrete e - come evidenziato anche da alcuni detrattori di questo approccio - commerciali, tuttavia non appare derubricabile a mera strategia promozionale, avendo l'innegabile merito di imporre di fatto una riflessione sugli sviluppi più recenti del rapporto fra l'uomo e il cibo<sup>71</sup>. Un rapporto che, non sorprendentemente, risulta essere mediato dalle categorie della sociologia e indiscutibilmente legato agli sviluppi sociali contemporanei.

Se l'*arte contemporanea* è ormai quasi per definizione "spaziosa" (volutamente o meno) e scomoda le categorie della filosofia e della sociologia per ottenere chiavi di lettura e spiegazioni che ne rendano motivazioni, ragioni e intenti intelleggibili, il *mangiare contemporaneo* non appare essere da meno. Il prodotto della società contemporanea è rappresentato tanto da un'opera di arte contemporanea quanto dal Big Mac, probabilmente senza soluzione di continuità.

Tralasciando marchi, simboli e politiche cultural-culinarie, appare interessante analizzare il binomio lessicale *slow-food*, tramutatosi, a ben vedere, da inconsapevole descrizione de facto della realtà quotidiana di un mondo ormai passato - fatto di tempi dilatati, di tradizioni e di familiarità - a nuovo *ossimoro* quotidiano per la maggior parte degli individui lavorativamente e socialmente attivi del pianeta, quanto meno della sua parte, in senso lato, "occidentale".

Un ossimoro certamente ricco di sfumature - che in alcune letture, come in Pollan, possono degenerare talvolta in una contrapposizione stereotipata fra abitudini culinarie nazionali (Americani vs Francesi, ad esempio) - ma che appare di indubbia validità generale.

Il binomio *slow-food*, apparentemente composto di due semplici termini, è di fatto punto di congiunzione di due "categorie culinarie" completamente differenti, per quanto tra loro interrelate, quella del COME mangiare e quella del COSA mangiare.

Il ragionamento sugli sviluppi contemporanei del "mangiare" non può non tener conto di entrambe, ossia dell'atto del "mangiare" e dell'oggetto di tale atto, il "cibo".

A ben vedere, l'attribuire idealmente al termine *slow* la categoria del "mangiare" risulta essere già una scelta: una delle critiche che maggiormente sono mosse dai commentatori ad un certo tipo di diffusa "abitudine culinaria", identificata in modo semplificato nella cosiddetta *western diet* di matrice anglosassone, risiede esattamente nel suo rappresentare di fatto una forma di "nutrizione" e non di "mangiare".

Nella lettura della contemporaneità data da Pollan, in particolare, le generazioni attuali molto spesso non mangiano, si nu-

trono: il "cibo" comunemente consumato non sarebbe in realtà cibo, ma semplicemente un insieme di numerose elaborazioni, spesso chimico-industriali. Dal problema di cosa mangiare in termini di alimenti si sarebbe passati al problema di quali sostanze assimilare: la dieta, in tale interpretazione, è divenuta un problema medico/salutistico, anche in ragione di un enorme interesse da parte di nutrizionisti, industria alimentare e giornalisti a non lasciare privo di presidi il tema di cosa e come mangiare.

### 2.5.1. Cucina, tavola e cibo: il come, il dove e il cosa dell'alimentazione

Facendo un passo indietro e tornando alle categorie del come e del cosa mangiare, tre elementi appaiono in grado, fra i molti, di costituire il *fil rouge* di un ragionamento che delinea i punti di contatto e di distanza fra alcune delle abitudini e degli elementi più marcatamente legati all'attuale rapporto dell'uomo con il cibo e alcune delle abitudini e degli elementi che, più di altri, hanno segnato lo stile di vita e la quotidianità delle generazioni del passato, dai nostri nonni ai nostri padri: la cucina, la tavola, il cibo. Il come, il dove, il cosa dell'atto sociale più antico dell'umanità: il mangiare.

In primo luogo, la cucina. Il cibo viene sempre più spesso acquistato pronto, da mangiare o scaldare, perdendo ogni contatto con la dimensione del cucinare inteso nel senso pieno della creazione di qualcosa a partire da elementi più semplici, da ingredienti di base.

Rinunciare a cucinare, significa rinunciare a sapere realmente cosa si sta mangiando, ma soprattutto significa rinunciare all'esperienza della condivisione comune di qualcosa che è il frutto del lavoro dell'uomo stesso. Il microonde riporta l'uomo a quando l'uomo non aveva ancora scoperto il fuoco e con esso la possibilità di alterare radicalmente lo stato naturale di quanto cacciava o raccoglieva in natura per farne qualcosa di diverso, di più commestibile o semplicemente di più buono.

La tecnologia e la frenesia contemporanea ci rendono novelli uomini delle caverne, che, venuti in possesso - attraverso pezzi di ferro chiamati "monete" e pezzi di altro ferro chiamati "carrelli" - di qualcosa di commestibile, lo introducono all'interno dell'apparato digerente, al fine di acquisire in tal modo il quantitativo calorico ottimale (o ritenuto tale: il concetto di ottimalità è spesso connesso in matematica con il concetto di massimo e l'uomo - abituato a domandarsi quale sia la quantità di *output* massima ottenibile da un dato *set* di fattori produttivi e spinto da decenni di teoria economica a ritenere che ogni soluzione diversa da questa sia inefficiente - ritiene ormai sempre più spesso che ingerire il massimo quantitativo di calorie possibili, in un dato numero di "pasti" durante la giornata, sia il minimo che ci si possa aspettare da lui).

Dopo la cucina, la tavola. Lungi dall'essere un semplice componente d'arredamento, questo elemento imprescindibile di ogni casa (se non in quell'antesignana critica a certe deviazioni della modernità in Italia rappresentata dal film "Il ragazzo di

<sup>71</sup> Per un approfondimento, si veda, in particolare, Leitch A., "Slow Food and the Politics of Pork Fat: Italian Food and European Identity", in "Food and Culture: a reader", 2008

campagna”) rappresenta una delle chiavi di lettura del cambiamento intervenuto negli ultimi vent’anni negli stili alimentari. Sempre più spesso il cibo è assunto in luoghi diversi dalla tavola, in modo individuale, senza alcun tipo di preparazione dello stesso e nel minor tempo possibile.

La tavola diviene allora metafora di una serie di elementi - chiamiamoli, se vogliamo, valori - che molti commentatori contemporanei ritengono siano andati perduti, facendo perdere al cibo e all’esperienza del suo consumo il carattere di ritualità e di socialità di cui erano storicamente portatori.

Consumare i pasti a tavola, condividendo l’esperienza culinaria con tutta la famiglia, è in alcune culture una prassi ormai, apparentemente, desueta. Certamente la cultura italiana appare meno toccata da alcune critiche mosse alle consuetudini anglosassoni tanto analizzate da alcuni osservatori (Pollan per primo). Tuttavia, talune tendenze, per quanto lentamente, si stanno facendo largo anche nell’Europa mediterranea, patria indiscussa di un rapporto con il cibo non inquadrabile nelle stesse categorie sociologiche e culinarie utilizzate per il mondo anglosassone, assunto ormai ad esempio negativo in tanta “letteratura culinaria”.

Consumare i pasti a tavola significa dedicare del tempo all’alimentazione, alla scelta di cosa consumare e alla sua preparazione, all’educazione alimentare da parte dei genitori verso i figli, alla condivisione di sapori e gusti nuovi. La tavola, o la sua ideale assenza, diviene la metafora del rapporto fra l’uomo e il cibo. La macchina, il divano, la scrivania - sempre più spesso al centro dell’azione quotidiana del “mangiare” - rappresentano non-luoghi culinari che sintetizzano, forse più di ogni altra definizione, il mutare e il problematicizzarsi del rapporto fra l’uomo e il cibo.

A completare questa piccola antologia sociologica del mangiare, il “*food*”, il cibo. Come già richiamato in precedenza, nella nostra epoca, alla qualità si è sostituita la quantità. Appare persa, almeno in alcune società, la visione del cibo come piacere, come esperienza sensoriale, come espressione culturale. Del cibo come “bello” e del cibo come “buono”.

Il cibo che viene consumato assume sempre più spesso la forma di “nutrimento”, privo di ogni caratteristica propria di quello che è oggi definito “cibo di qualità” e che per decenni è stato, nella tradizione culinaria delle generazioni passate, semplicemente “IL” cibo quotidianamente consumato.

### 2.5.2. Il cibo come esperienza

Consumare cibo di qualità non significa semplicemente consumare qualcosa che sia “più buono” di altri possibili elementi nutritivi in grado di ingenerare un senso di sazietà nell’individuo, significa compiere una serie di esperienze, non ripetibili altrimenti.

In primo luogo, un’esperienza sensoriale: il gusto. Molta parte della cucina contemporanea e dell’attuale modo di intende-

re l’alimentazione quotidiana mortifica l’esperienza sensoriale potenzialmente insita nell’esperienza culinaria, impoverendola e derubricando il cibo a mera necessità. Oltre al “buono” è persa molto spesso anche la “varietà” dell’esperienza culinaria: le diete tendono ad appiattirsi su di un modello “universale”, che unifica tutte le tradizioni culinarie, di fatto perdendone le caratteristiche fondative e distintive.

In secondo luogo, un’esperienza culturale: le tradizioni. Il cibo ha una valenza culturale che va ben oltre il suo ruolo di mero strumento per l’acquisizione dei micro e macro nutrienti necessari al corretto funzionamento dell’organismo umano. Il cibo - strettamente legato ai fenomeni storici, sociali, demografici ed economici - risulta essere al tempo stesso specchio e memoria delle diverse culture che l’hanno influenzato, originato e diffuso.

Si assiste oggi a una vera e propria perdita culturale, legata al fatto che le generazioni attuali non mangiano più quello che genitori e antenati hanno mangiato, adottando stili alimentari conformati e conducendo - in prospettiva - all’abbandono di tradizioni, rituali e consuetudini culinarie che affondano le loro radici nella storia dei popoli e ne alimentano i tratti culturali e sociali.

Come è facile comprendere, gusto e tradizione - nel loro rapporto biunivoco - rappresentano elementi che evidenziano in modo significativo l’importanza che svolge, soprattutto oggi, il tema della memoria: memoria tanto dell’esperienza culinaria (anche in termini di esperienza sociale), quanto della cultura alla base di quest’ultima.

Se esiste un termine che possa racchiudere in sé le principali criticità dell’attuale rapporto fra l’uomo e il cibo, gli elementi di rottura con il passato e i motivi di preoccupazione per gli sviluppi futuri, questo è rappresentato, forse, proprio dalla “memoria”. Allo stesso tempo bilancio del presente e auspicio per il futuro.

# 3. L'influenza delle tendenze socio-culturali sull'alimentazione contemporanea

## 3.1 Cibo come preoccupazione: il dilemma dell'onnivoro ai nostri tempi

I primi lavori di Rozin sul comportamento che gli onnivori adottano davanti a una scelta alimentare partivano dalla premessa che **il problema dell'onnivoro avrebbe potuto rivelarci molti aspetti non solo riguardo a cosa e come mangia l'uomo, ma anche a esso in quanto specie**. Le ricerche successive effettuate in letteratura, sia antropologiche, sia psicologiche hanno confermato la correttezza dell'intuizione. Tale ipotesi rappresenta una chiave di lettura non solo per comprendere i meccanismi di scelta del cibo da parte degli animali, ma anche i complessi adattamenti "bioculturali" nei primati, nonché una vasta gamma di pratiche culturali apparentemente incomprensibili da parte degli esseri umani, per i quali un alimento non deve essere solo "buono da mangiare", ma anche "buono da pensare"<sup>72</sup> (Lévi-Strauss 1962).

La natura onnivora e le sue tipicità sono impresse geneticamente nella specie umana e nel proprio organismo che la selezione naturale ha dotato con l'obiettivo di permettere un'alimentazione estremamente varia.

Tale flessibilità alimentare presuppone un sistema nervoso e metabolico molto complesso. Negli onnivori, infatti, una buona parte del sistema nervoso deve essere riservata agli elementi sensoriali e cognitivi atti a supportare le scelte alimentari e decidere cosa mangiare senza correre rischi. L'esigenza di essere dotati di un sistema sensoriale e cognitivo molto avanzato è dovuta al fatto che se l'onnivoro avesse ricompreso nel codice genetico ogni possibile scelta, l'informazione totale sarebbe troppo grande per essere contenuta nel codice stesso. Alcuni dei dispositivi cognitivi e sensoriali che l'uomo, in quanto onnivoro, ha sviluppato sono comuni anche ad altri mammiferi, mentre altri rappresentano un notevole successo evolutivo dei primati, e altri ancora si collocano tra l'evoluzione/selezione naturale e l'invenzione culturale.

Il primo strumento a disposizione per l'uomo nella scelta del cibo è il senso del gusto, che opera una selezione in funzione al valore nutrizionale degli alimenti. Come si evince già dagli scritti dei primi dell'Ottocento di Brillat-Savarin<sup>73</sup>, il gusto "*ci invita a scegliere, tra le varie sostanze che la Natura ci presenta, quelle*

*più adatte a servirci da nutrimento*". Il gusto negli esseri umani è diventato una tema sempre più complesso, ma si basa su una coppia di preferenze innate, una positiva e l'altra negativa. La prima è la predilezione per il sapore dolce che indica un'elevata concentrazione di zuccheri, equivalente ad alta concentrazione di energia. La voglia di dolce spesso persiste anche quando si è sazi e questo può spiegare anche il fatto che il dolce è abitualmente servito a fine pasto.

Essere golosi di cibi e alimenti a elevato contenuto di zuccheri ha rappresentato un'ottima forma di adattamento evolutivo. L'encefalo dell'uomo, che rispetto alle dimensioni corporee è molto più grande rispetto a qualunque altro animale, richiede un'elevata quantità di glucosio, sostanza che rappresenta l'unica fonte di energia utilizzabile dal cervello. Mediamente il cervello umano - che rappresenta il 2% della massa corporea - consuma il 18% circa dell'energia totale, che ricava esclusivamente dal consumo di carboidrati.

Il disgusto è un altro strumento utile e a disposizione dell'onnivoro durante le fasi di scelta del cibo. Questa emozione istintiva è utilissima e impedisce agli onnivori di cibarsi di sostanze potenzialmente pericolose, come argomenta efficacemente Steven Pinker<sup>74</sup>.

Un altro strumento molto importante sviluppato dall'uomo per superare le insidie del mondo vegetale è stata la cottura del cibo. I nativi delle Americhe, ad esempio, scoprirono che le ghiande macinate, messe in ammollo in acqua e poi tostate, potevano essere consumate più agevolmente poiché perdevano il loro gusto spiccatamente amaro, così come le radici della manioca, che per difendersi dai predatori sintetizzano cianuro, potevano essere neutralizzate in seguito a un processo di cottura. La cottura ha portato due grandi vantaggi per l'onnivoro uomo. Anzitutto, ha reso possibile l'accesso a numerose differenti fonti di energia (carboidrati) prima indisponibili. Inoltre, tale accesso è avvenuto in via esclusiva, in quanto animali di specie differenti e altri potenziali consumatori (insetti) non riescono ancora oggi a relazionarsi positivamente con queste piante.

La cottura - che ha aperto nuovi orizzonti alimentari all'onnivoro - è forse il più potente strumento a sua disposizione. Tale procedimento, aumentando in modo significativo la disponibilità di cibo per l'uomo e rendendo i cibi più digeribili, è stata anche

<sup>72</sup> Lévi-Strauss C., *Le Totémisme aujourd'hui*, Puf, Paris, 1962.

<sup>73</sup> Brillat-Savarin, *Physiologie du Gout, ou Meditations de Gastronomie Transcendante*, Sautelet, Paris, 1826 [traduzione italiana, *Fisiologia del gusto, ovvero meditazioni di gastronomia transcendente*, Rizzoli, Milano, 1996].

<sup>74</sup> Pinker S., *How the mind works*, Norton, New York, 1997

identificata da alcune teorie come il fattore principale dell'aumento delle dimensioni medie del cervello umano avvenuto circa 1,9 milioni di anni fa. Da allora denti, mascelle e intestino degli antenati dell'uomo hanno iniziato a ridursi perché diventò sempre meno necessario digerire cibi crudi.

La cottura è spesso citata, insieme alla produzione di utensili, come il dato di fatto che l'onnivoro uomo è entrato in una nuova nicchia ecologica, denominata cognitiva. Il processo di adattamento e di evoluzione dell'umanità è infatti di tipo "bioculturale", dipendendo congiuntamente sia dal processo di evoluzione naturale sia da processi culturali esclusivi dell'uomo.

Il gusto, l'osservazione, la memoria e la diffusione delle conoscenze alimentari hanno permesso e permettono all'uomo di creare legami con i propri simili non solo in piccoli gruppi, ma all'interno della comunità. Inoltre, le preferenze alimentari di una popolazione rappresentano uno dei più forti fattori di coesione sociale e di radicamento e mantenimento delle proprie tradizioni. Le cucine nazionali si sono sempre rivelate elemento di forte resistenza al cambiamento e, come già sottolineato, il frigorifero di un immigrato è probabilmente l'ultimo posto in cui cercare elementi relativi alla sua integrazione.

### 3.1.1 La tradizione perduta: buono da mangiare e buono da pensare

Come accennato, i sensi dell'uomo sono di aiuto per una prima distinzione tra cibi buoni e cibi nocivi, ma egli si affida in modo particolare anche a quegli **strumenti che stanno tra l'evoluzione, la scoperta culturale e la tradizione**. Esistono una serie molto ampia di regole per una saggia alimentazione che sono state codificate dall'uomo in una serie di tabù, rituali, etichette e tradizioni che si dipanano in ogni singolo aspetto e riguardano:

- le dosi del cibo;
- l'ordine con cui deve essere consumato;
- le tipologie di animali proibiti e permessi e in quali periodi dell'anno.

Molti studi di antropologia si sono interrogati su quale fosse il senso biologico di questa serie di regole e la conclusione è stata che aiutano a rafforzare una determinata identità e risolvono il problema del dilemma dell'onnivoro. Le tradizioni culinarie codificano una serie di regole per la preparazione del cibo e specificano le combinazioni ammissibili di sostanze e sapori.

Le cucine nazionali, come afferma Rozin, incarnano la saggezza alimentare delle popolazioni e delle rispettive culture. Se si importano cibi di un'altra cultura senza importare anche l'insieme di regole per la preparazione dello stesso, cioè la cucina, il risultato è deleterio. Su questo versante, ad esempio, gli Stati Uniti rappresentano un tipico esempio di importazione di cibi da tutte le parti del mondo senza l'importazione della relativa cucina.

Malgrado la millenaria storia alimentare dell'umanità abbia introdotto forme di codificazione piuttosto puntuale delle mi-

gliori prassi alimentari all'interno delle diverse tradizioni alimentari, oggi - in alcune parti del mondo - questo bagaglio di informazioni e competenze alimentari sembra stia svanendo.

È preoccupante, ad esempio, la situazione alimentare e di stile di vita nord americana, verso cui molti Paesi stanno tendendo, che può essere interpretata come un ritorno del dilemma dell'onnivoro. La combinazione tra eccessiva quantità e tipologia di cibi nei supermercati associata alla mancanza di adeguate chiavi di lettura e interpretazione, causata da una progressiva perdita di identità alimentare, disorienta gli individui e li riporta indietro nel tempo, al momento delle scelte.

Al supermercato, come al ristorante, l'uomo è così assalito da "dubbi onnivori", alcuni ancestrali legato alla sua natura, altri del tutto nuovi e legati alla situazione attuale: compro la frutta normale o quella biologica? Quella locale o quella di importazione? Il pesce d'allevamento o quello selvaggio? Olio di semi, burro o margarina? Si fa, pertanto ricorso ai sensi e alla memoria per capire se valga la pena comprare (raccolgere, nel passato) un cibo piuttosto che un altro. Si scrutano i prodotti, si pesano i pacchetti, si leggono le etichette per capire la composizione e spesso ci si chiede il significato di ciò che si legge.

La più naturale delle attività umane, nutrirsi, scegliere cosa mangiare, è diventata e sta sempre più diventando un'impresa che necessita di aiuto da parte di nutrizionisti, scienziati dell'alimentazione, medici. Le nuove diete iperproteiche e a basso contenuto di carboidrati trovarono sostegno in nuovi studi epidemiologici, nuovi libri di diete e nuovi articoli scientifici.

Un cambiamento così radicale nelle abitudini alimentari è segno evidente di un disordine alimentare diffuso. Un fatto del genere non sarebbe mai potuto accadere in una società che possedesse solide tradizioni riguardo al cibo e al modo di consumarlo.

Come scrive Pollan: *"quando è possibile mangiare quasi tutto ciò che la natura ha da offrire, decidere cosa è bene mangiare genera inevitabilmente una certa apprensione, soprattutto se certi cibi possono rivelarsi dannosi per la salute o addirittura letali"*.

E' questa la faccia moderna del dilemma dell'onnivoro. Ciò che storicamente si riferiva a una condizione *naturale* dell'uomo, diventa - quasi per contrappasso - il suo contrario: emblema di una situazione di incertezza generata dal prevalere di condizioni di *innaturalità*. Stordito dall'eccesso di offerta e di informazioni, non in grado di conoscere a fondo i processi industriali, la composizione del cibo, le conseguenze per la salute di ciò che ingerisce, l'uomo fatica a effettuare le sue scelte.

In questo modo, una delle esperienze più appaganti per la persona, anche in chiave relazionale, diventa spunto di apprensione, angoscia, criticità crescenti.

## 3.2 Una nuova ricerca di naturalità

### 3.2.1 L'orientamento all'autenticità

Il diffondersi e il progressivo imporsi delle tendenze descritte lungo tutto il corso del documento hanno portato a una generale riscoperta del concetto di naturalità. Parallelamente al crescere anche in Europa del rischio concreto di una deriva verso un modello alimentare orientato al consumo di *junk food*, si riscontra infatti all'interno di fasce crescenti della popolazione dei Paesi occidentali una crescente domanda di genuinità<sup>75</sup>. Purtroppo la nozione di cibo naturale è però ambigua, e dunque controversa.

Per alcuni, arroccati sulle posizioni più estreme, essa coincide addirittura con i frutti dell'**agricoltura naturale** promossa da Masanobu Fukuoka<sup>76</sup>. Quest'ultimo teorizzò una forma di agricoltura che prevedeva l'intervento dell'uomo limitato alle fasi di semina e di raccolta, lasciando che fosse la natura a garantire il progredire del processo di crescita.

Per altri, più realisticamente, la nozione di naturalità coincide con la scelta di produrre **cibo biologico**. L'agricoltura biologica (od organica) è un approccio all'agricoltura che cerca di interpretare in chiave olistica l'intero ecosistema agricolo, sfruttando la naturale fertilità del suolo e favorendola con interventi limitati<sup>77</sup>. Essa promuove la biodiversità dell'ambiente in cui opera ed esclude l'utilizzo di prodotti di sintesi (salvo quelli specificatamente ammessi dal regolamento comunitario<sup>78</sup>, in Europa) e di organismi geneticamente modificati.

Nella pratica biologica sono centrali soprattutto gli aspetti agronomici: la fertilità del terreno viene salvaguardata mediante l'utilizzo di fertilizzanti organici, la pratica delle rotazioni colturali e di lavorazioni attente al mantenimento (o, possibilmente, al miglioramento) della struttura del suolo e della percentuale di sostanza organica. La lotta alle avversità delle piante è consentita solamente con preparati vegetali, minerali e animali che non siano di sintesi chimica (tranne alcuni prodotti considerati "tradizionali"), privilegiando la lotta biologica.

L'agricoltura biologica consente di ridurre al minimo l'impiego di fitofarmaci. I critici<sup>79</sup> di questa impostazione contestano però la sua capacità di garantire rese sufficienti a fare fronte alle esigenze alimentari mondiali<sup>80</sup>, così come alcune sue specifiche pratiche. L'uso di letame come concime, ad esempio, sembra connettere questo approccio all'agricoltura a un più ampio

modello produttivo caratterizzato da una significativa presenza dell'allevamento, con impatti ambientali piuttosto rilevanti. Inoltre, in agricoltura biologica la scelta dei prodotti e delle molecole utilizzabili è decisa in base alla loro origine, che deve essere naturale. Tale distinzione tra prodotti naturali e di sintesi è però dubbia dal punto di vista scientifico e porta all'erronea conclusione che i primi siano sempre e comunque meno tossici dei secondi<sup>81</sup>.

Contrariamente ai sostenitori dell'agricoltura biologica, vi è chi ritiene che, in prospettiva, la produzione di beni agricoli realizzata grazie a un **impiego massiccio di biotecnologia** costituisca l'unica strada per ottenere prodotti naturali<sup>82</sup>, rendendo superfluo l'uso di gran parte dei composti chimici oggi utilizzati nell'agricoltura convenzionale.

Un ulteriore elemento centrale alle riflessioni relative alla naturalità è quello della **prossimità**. Il movimento dei *locavore*<sup>83</sup>, che incoraggia il consumo di cibo prodotto entro un raggio di poche centinaia di chilometri, possibilmente da piccole fattorie locali, riflette questa impostazione. Il concetto di sostenibilità è centrale nella visione di questi attivisti.

Implicito alla nozione di prossimità è quello di **stagionalità**. Viene contestata in questo caso l'opportunità di consumare prodotti agricoli freschi in periodi dell'anno non convenzionali, grazie all'introduzione di tecniche di produzione innovative od al trasporto.

Per ciò che concerne gli **animali da allevamento**, il concetto di naturalità riguarda invece le condizioni fisiche di gestione degli stessi (spazi disponibili, tecniche di allevamento, uso di mangimi, impiego di additivi chimici, ecc.).

Se infine allarghiamo lo sguardo dalla filiera agricola al più ampio contesto delle tecnologie di trasformazione alimentare, l'area delle problematiche arriva a comprendere tutto l'insieme dei trattamenti industriali cui il cibo è sottoposto, nonché il *packaging* e i trasporti. Critico appare soprattutto l'ambito degli additivi industriali.

Comune a tutte queste diverse posizioni culturali è la convinzione che il requisito di naturalità sia violato da un uso **ecessivamente invasivo della tecnologia** in ambito alimentare.

E' difficile orientarsi all'interno di questo articolato sistema di posizioni. Dovendo indicare una prospettiva, a noi sembra cruciale osservare come alcuni di questi tentativi nascano come reazione a un uso spesso spregiudicato e opportunistico della tecnica alimentare. Di converso, non si può dimenticare che ciò che ha reso possibile la sopravvivenza dell'uomo nei secoli è stata proprio la sua capacità, fin dalla preistoria, di introdurre

75 Counihan C., Van Esterik P., "Food and Culture: a reader" II Edition, 2008; Polan M., "In Defense of Food. An Eater's Manifesto", 2008

76 Fukuoka M., "The one-straw revolution: an introduction to natural farming", 1978

77 ICEA - Istituto per la Certificazione Etica e Ambientale

78 Reg. (CEE) n° 2092/91 relativo al metodo di produzione biologico di prodotti agricoli e all'indicazione di tale metodo sui prodotti agricoli e sulle derrate alimentari. Solo nel 1999 con il \*Reg. (CE) n° 1804/99 sono state normate anche le produzioni animali.

79 Intervento del Prof. Umberto Veronesi all'Advisory Board del Barilla Center for Food&Nutrition.

80 Si tratta di rese mediamente inferiori del 20-45% Nutrient Exclusivity in Organic Farming. Does It Offer Advantages? H. Kirchmann and M.H. Ryan, 2005

81 Ames Bruce N., Swirsky Gold Lois, "Paracelsus to Parascience - The Environmental Cancer Distraction, September 7, 1999

82 Intervento del Prof. Umberto Veronesi all'Advisory Board del Barilla Center for Food&Nutrition.

83 Time, "Local-food movement: the lure of the 100-mile diet, 11 giugno 2006

innovazioni tecniche capaci di migliorare i requisiti del cibo reperibile in natura.

Tre **linee guida** ci sembra possano essere indicate. Innanzitutto, ci appare doveroso sgombrare il campo dall'errata convinzione che l'**innovazione tecnologica** in ambito alimentare costituisca necessariamente l'origine dei problemi e non invece la soluzione. Spesso infatti la tecnologia ha avuto un ruolo positivo nell'introdurre processi di progressivo miglioramento dei beni alimentari.

In secondo luogo, crediamo che l'industria alimentare debba sapere valorizzare la **domanda di naturalità emergente** per definire pratiche e approcci in grado di elevare la qualità media degli alimenti consumati difendendone un'ampia accessibilità da parte di tutti.

Infine, sembra opportuno che il processo di selezione degli approcci produttivi si caratterizzi per un **approccio rigorosamente scientifico**, che veda prevalere considerazioni legate alla salute delle persone e dell'impatto ambientale, rispetto a mere logiche di profitto o a forme di pensiero ideologico.

### 3.2.2 La cultura vegetariana

Accanto a una ricerca di maggior naturalità, tra i fenomeni emergenti di maggior interesse, vi è oggi certamente quello dell'alimentazione vegetariana. Si tratta di una forma di alimentazione che esclude il consumo di alcuni o tutti gli alimenti di origine animale, in genere sulla base di considerazioni etiche<sup>84</sup>, ambientali, salutistiche o religiose.

Esistono diverse filosofie di vita vegetariana, che generalmente escludono dall'alimentazione la carne animale di ogni specie (mammiferi, pesci, insetti o altre) e altri prodotti derivanti all'allevamento. In taluni casi, tale esclusione si allarga ai pesci. La dieta vegana esclude invece qualsiasi alimento di origine animale.

Dal punto di vista culturale, la scelta di non consumare carne dipende da un insieme di **motivazioni molto forti**: il rifiuto a priori dell'uccisione degli animali, secondo una scelta di non violenza estesa all'intero creato, la consapevolezza dell'impatto ambientale dell'allevamento su scala globale<sup>85</sup>, la convinzione che una dieta priva di carne possa garantire migliori condizioni di salute.

Per ciò che concerne l'impatto ambientale delle abitudini alimentari, e dunque la fondatezza delle preoccupazioni in questo senso, basti pensare al consumo di risorse idriche associato alle diverse scelte dietetiche. Infatti, un individuo utilizza in media da 2 a 4 litri d'acqua al giorno per bere, mentre il consumo d'acqua

virtuale<sup>86</sup> giornaliero per alimentarsi varia da circa 1.500-2.600 litri nel caso di una dieta vegetariana a circa 4.000-5.400 litri in caso di una dieta ricca di carne<sup>87</sup>.

In termini operativi, la scelta vegetariana è basata su due elementi concettuali molto netti: l'avversione nei confronti del **consumo di carne**, nella convinzione che sia filosoficamente sbagliato, nonché nocivo alla salute; l'idea che cibarsi di **frutta e verdura** costituisca la base di una dieta sana ed equilibrata.

Si può non condividere questa impostazione estrema del problema. Certo è però che si sta facendo sempre più strada la consapevolezza che un consumo moderato di carne, accompagnata da un'alimentazione ricca di frutta e verdura costituisca la base per uno stile alimentare sano, a contenuto impatto ambientale.

Gli alimenti di origine vegetale hanno una funzione protettiva contro l'azione dei radicali liberi, cioè quelle molecole che possono alterare la struttura delle cellule e dei loro geni. Si può quindi pensare che chi segue un'alimentazione ricca di alimenti vegetali è meno a rischio di ammalarsi e possa vivere più a lungo. C'è poi un secondo fattore. Noi siamo circondati da sostanze inquinanti, che possono mettere a rischio la nostra vita. Sono sostanze nocive se le respiriamo, ma lo sono molto di più se le ingeriamo. Consumando carne, ci mettiamo proprio in questa situazione, perché dall'atmosfera queste sostanze ricadono sul terreno, e quindi sull'erba che mangiata dal bestiame (o attraverso i mangimi), introduce le sostanze nocive nei suoi depositi adiposi, e infine nel nostro piatto quando mangiamo la carne. L'accumulo di sostanze tossiche ci predispone a molte malattie cosiddette "del benessere" (diabete non insulino-dipendente, aterosclerosi, obesità). Anche il rischio oncologico è in parte legato alla quantità di carne che consumiamo.

Frutta e verdura sono invece alimenti poverissimi di grassi e ricchi di fibre: queste, agevolando il transito del cibo ingerito, riducono il tempo di contatto con la parete intestinale degli eventuali agenti cancerogeni presenti negli alimenti. I vegetali poi, oltre a contaminarci molto meno degli altri alimenti, sono ricchi di preziose sostanze come vitamine, antiossidanti e inibitori della cancerogenesi (come i flavonoidi e gli isoflavoni), che consentono di neutralizzare gli agenti cancerogeni, di "diluirne" la formazione e di ridurre la proliferazione delle cellule malate.

Ciò ci riporta, per analogia, ai contenuti della dieta mediterranea, alla quale abbiamo dedicato un precedente paragrafo. L'approccio del regime alimentare mediterraneo costituisce, a partire dal rapporto che istituisce con il consumo di frutta e verdura, da un lato, e di carne, dall'altro, un paradigma alimentare di grande efficacia ed enorme attualità.

84 Vedi l'opera e gli studi di Helmut Friedrich Kaplan  
85 Rifkin J., "Ecocidio"

86 Con il concetto di virtual water si intende la quantità virtuale d'acqua contenuta in un prodotto (commodity, bene o servizio), calcolata come volume d'acqua dolce consumato per la produzione dello stesso, sommando tutti i passaggi della catena di produzione (production site definition).

87 World Water Council, 2008

Mentre si intravedono i primi segnali di un ripensamento del futuro del cibo in chiave non-produttivista<sup>88</sup>, va però segnalato come questo accada all'interno di un contesto - *in primis*, quello italiano - che ha perso in larga misura il legame con le sue tradizioni alimentari più genuine.

Nonostante i risultati di numerosi studi indichino come lo stile alimentare cui tendere per una vita sana sia quello della dieta mediterranea, dagli anni cinquanta a oggi, cioè dal primo studio di Keys<sup>89</sup>, si è assistito in tutta l'area del mediterraneo, Italia compresa, a un graduale abbandono di questa dieta a favore di stili alimentari meno salutari.

Infatti, con riferimento al caso italiano, i risultati degli studi condotti da Fidanza<sup>90</sup> hanno evidenziato come l'indice di adeguatezza mediterranea nelle due città simbolo di tale impostazione dietetica sia calato drasticamente: a Nicotera era di 7,2 nel 1960 e divenne 2,2 nel 1991, mentre a Montegiorgio dove era 5,6 nel 1965, e si attestò a 3,9 nel 1991. L'abbandono della dieta mediterranea risulta marcato anche nelle principali città italiane.

Baldini<sup>91</sup>, in un recente studio effettuato sulla realtà spagnola e italiana, ha rilevato come le giovani generazioni sembrano abbandonare gradualmente, in modo costante, la dieta mediterranea, a favore di nuove tendenze alimentari caratterizzate da cibi a elevato contenuto di grassi (prodotti da forno). Sovrappeso e obesità in Italia e Spagna sembrano essere correlate, oltre che alla ridotta attività fisica, all'abbandono della dieta mediterranea.

Infine, uno studio presentato nel luglio del 2009, dall'Associazione Italiana Dietetica e Nutrizione Clinica e dall'Osservatorio Nutrizionale Grana Padano, ha confermato la tendenza di abbandono della dieta mediterranea. In Italia, infatti, l'indice di adeguatezza mediterranea si attesta all'1,44, ben lontano dal 7,2 di Nicotera del 1960 e dal 5,6 di Montegiorgio del 1965.

### 3.2.3 Cibo, ambiente, sostenibilità

Quello relativo alla sostenibilità è uno dei grandi dibattiti della nostra epoca.

Già nella contrapposizione tra le riflessioni di Malthus e quelle di Condorcet a cavallo tra la seconda metà del 700 e la prima metà dell'800, si ritrovano i motivi di fondo delle discussioni odierne<sup>92</sup>. Il primo, economista e demografo, espresse **scetticismo** in merito alla possibilità delle risorse naturali di sostenere i ritmi di crescita della popolazione che iniziavano in quell'epoca a manifestarsi. Il secondo, matematico, economista e filosofo,

professò invece una dottrina basata sulla totale fiducia nelle capacità dell'uomo di superare con il **progresso** i limiti imposti dal contesto ambientale in cui vive.

Riemerso con forza già negli anni settanta con le prime fosche previsioni in merito all'esaurimento del petrolio<sup>93</sup>, in epoche più recenti il concetto di sostenibilità si è arricchito di un più ampio connotato ambientale, economico, sociale.

Come è noto, oggi, il convergere di alcuni significativi fattori di discontinuità - crescita demografica, sviluppo accelerato di alcuni grandi Paesi (Cina, India, Brasile), tensioni ambientali in aumento - ripropongono gli stessi dilemmi e richiedono soluzioni efficaci.

A noi preme sottolineare, nello specifico, il legame esistente tra **stili alimentari e sostenibilità ambientale**.

L'attività agricola è responsabile della produzione di gas serra per una quota pari al 33% del totale delle emissioni annuali nel mondo<sup>94</sup>.

Inoltre, l'impiego di pesticidi e fertilizzanti, che tanta parte ha avuto nel conseguire gli straordinari risultati della *green revolution* negli ultimi 30 anni, ha determinato fenomeni collaterali di *land degradation*.

Vi sono poi ulteriori problemi posti dall'**allevamento** di capi di bestiame. I prodotti agricoli a livello mondiale sarebbero in realtà sufficienti a sfamare i sei miliardi di abitanti se venissero equamente divisi, e soprattutto se non fossero in gran parte utilizzati per alimentare i tre miliardi di animali da allevamento.

I fenomeni di **urbanizzazione** spinta che stanno interessando il Pianeta costituiscono un'ulteriore aspetto di criticità sotto il profilo della sostenibilità<sup>95</sup>, soprattutto alimentare.

Il ruolo dell'alimentazione è inoltre sempre più centrale in termini di salute delle persone - e dunque di **sostenibilità sociale**. E le scelte alimentari hanno un ruolo decisivo nella prevenzione di alcune patologie, come quelle di natura cronica, che hanno registrato nel corso degli ultimi decenni un significativo aumento all'interno della popolazione mondiale.

Dai più importanti studi effettuati emerge come circa l'80% dei casi legati a queste malattie potrebbero essere prevenuti eliminando alcuni fattori di rischio come il consumo di tabacco, le diete poco salutari, l'inattività fisica e il consumo eccessivo di alcol. Al contrario, senza un'adeguata prevenzione, il loro peso sulla salute globale potrebbe aumentare del 17% nei prossimi 10 anni.

88 Lang T., Heasman M., "Food Wars", 2005

89 Keys A., "Seven Countries. A multivariate analysis of death and coronary heart disease", Harvard University, 1980

90 Fidanza A., Fidanza F., "Mediterranean Adequacy Index of Italian diets", Public Health Nutrition, 2004

91 Baldini M., "Is the Mediterranean lifestyle still a reality? Evaluation of food consumption and energy expenditure in Italian and Spanish university students", Public Health Nutrition, 2008

92 Belasco W., "Meals to come, a history of the future of food", 2006

93 Club di Roma

94 Fonte: World Resources Institute, Database

95 Manzini E., Jégou F., "Scenari di vita urbana", 2003

Focalizzando l'analisi sul fattore alimentazione emerge come, in quasi tutti i Paesi del mondo, si stia verificando una crescita esponenziale del fenomeno dell'obesità. Questa dinamica è così marcata che ha spinto la *European Association for the Study Of Diabetes (EASD)* a riconoscere la prevenzione e il trattamento dell'obesità quale "il più importante problema di salute pubblica in tutto il mondo". Più del 65% degli americani risultano essere obesi o sovrappeso e si è assistito al triplicarsi di casi di sovrappeso fra i giovani dal 1970 ai giorni nostri<sup>96</sup>.

### 3.2.4 Nuove responsabilità dell'industria

Ragion d'essere dell'impresa è quella di **generare e distribuire ricchezza**, in un quadro di comportamenti socialmente responsabili.

L'impresa è l'istituzione più efficace ideata nel corso della storia per strappare l'umanità da una condizione di povertà diffusa. Con tutte le contraddizioni che hanno accompagnato i fenomeni di industrializzazione, infatti, essi hanno coinciso con un significativo incremento nel tempo del livello di benessere di fasce sempre più ampie della popolazione.

Non si può dunque chiedere all'impresa, e a chi l'impresa concorre a creare e a sostenere nel tempo (gli imprenditori), di rinunciare all'obiettivo di **massimizzare la ricchezza generata** - per sé e per gli altri - se non mettendo in discussione la ragione d'essere stessa e dinamiche fisiologiche di funzionamento dell'azienda. Ciò che però la società deve pretendere, e sempre più pretende, dalle imprese è l'assunzione di comportamenti responsabili nei confronti dell'ambiente e di tutti gli *stakeholder*.

Quello della responsabilità sociale di impresa<sup>97</sup> (*corporate social responsibility* o, più sinteticamente, CSR) è stata una delle più importanti acquisizioni culturali degli ultimi anni. Anche se il tema è cominciato ad affiorare a partire dagli anni '60, dando vita a un dibattito che ha ospitato orientamenti di segno molto diverso (celebre la controversa presa di posizione di Milton Friedman sul tema<sup>98</sup>), è solo a partire dagli anni '80 che la responsabilità sociale di impresa è assunta a corpo strutturato di riflessioni e strumenti operativi.

Le concezioni più avanzate in material, riconoscono oggi il ruolo della CSR come fattore in grado di **contribuire alla**

**competitività dell'impresa**<sup>99</sup>.

E' evidente che questo aspetto di responsabilità, rilevante per ciascuna impresa, assume una particolare rilevanza per le aziende attive nell'ambito della produzione alimentare. E' la natura stessa dei beni trattati a suggerire logiche di comportamento trasparenti e inappuntabili.

Il tema di una responsabilità dovuta ai consumatori, all'ambiente e a tutti gli *stakeholders* non riguarda solo le imprese che fanno parte del comparto. Si tratta di un concetto più ampio, che vede rappresentati tutti i soggetti cui è demandata, anche indirettamente, la responsabilità della gestione globale del cibo: Governi, legislatori, istituzioni internazionali, enti di controllo, ecc. Peraltro, una parte consistente dei soggetti della filiera, pur essendo a tutti gli effetti imprese, difficilmente possono venire classificati come operatori industriali.

Ciò non di meno, sono proprio le imprese - e in particolare le industrie alimentari di dimensioni medio/grandi - che in questo contesto possono contribuire in misura estremamente significativa a un corretto approccio alle tematiche alimentari, facendosi carico in prima persona della gestione di alcune delle principali emergenze alimentari. Più che le singole imprese, il sistema delle imprese che compongono l'industria alimentare.

I **profili di responsabilità dell'industria alimentare** sono molteplici. Vi è innanzitutto l'aspetto, fondamentale, di garanzia della *food safety*.

Oggi a fronte di nuove emergenze - quali le conseguenze del cambiamento climatico<sup>100</sup> e l'esigenza di ri-orientare, in larga parte del mondo occidentale, gli stili alimentari nella direzione di una maggiore naturalità - l'industria alimentare si trova di fronte all'esigenza di adeguare e migliorare le prassi di sicurezza alimentare.

Ciò implica non solo il costante miglioramento dei processi produttivi, ma anche la valutazione critica delle nuove frontiere tecnologiche. Su tutte, il tema spinoso dell'introduzione delle bio tecnologie nella produzione di beni alimentari.

Vi è poi un secondo aspetto altrettanto rilevante, legato alla particolare configurazione della realtà agroalimentare nel mondo. L'agricoltura è per definizione locale, mentre l'industria alimentare, specie se di dimensioni significative, tende a essere globale. L'agricoltura, inoltre, è spesso praticata, quale principale fonte di sostentamento, dalle fasce di popolazione più disagiate di alcuni dei Paesi più poveri al mondo. Ciò crea una situazione di squilibrio che richiede non solo misure di carattere politico, ma anche enorme attenzione da parte di tutti gli at-

96 Si rimanda al documento "Alimentazione e Salute" del Barilla Center for Food and Nutrition per una trattazione esaustiva del tema

97 La Commissione Europea definisce la Corporate Social Responsibility nei seguenti termini: "A concept whereby companies integrate social and environmental concerns in their business operations and in their interaction with their stakeholders on a voluntary basis"

98 "That is why, in my book *Capitalism and Freedom*, I have called it a "fundamentally subversive doctrine" in a free society, and have said that in such a society, "there is one and only one social responsibility of business-to use its resources and engage in activities designed to increase its profits so long as it stays within the rules of the game, which is to say, engages in open and free competition without deception or fraud" ("The Social Responsibility of Business is to Increase its Profits", *The New York Times Magazine*, September 13, 1970

99 La Commissione Europea ha riconosciuto il ruolo della CSR come fattore fondante della Strategia di Lisbona per la crescita economica. La CSR "can help to shape the kind of competitiveness model that Europe wants"

100 Barilla Center for Food & Nutrition, "Cambiamento climatico, agricoltura e alimentazione", 2009

tori del comparto agroalimentare, perché non vengano attuate scelte discriminatorie o introdotti meccanismi di sfruttamento.

E' noto come un punto di crescita della produzione agricola contribuisca al benessere della popolazione dei Paesi emergenti più di quanto non faccia la crescita registrata all'interno di ogni altro settore economico<sup>101</sup>.

Queste però, per quanto complesse, ricche di incognite e soggette a continue accelerazioni (che richiedono innovazioni sostanziali), rappresentano le sfide tradizionali per il settore. Il quale, da sempre, si confronta con esse. Semmai, va osservato come anche le tematiche più strettamente legate alle attività più tipiche siano rese estremamente problematiche dall'affacciarsi di nuovi fattori, quali lo sviluppo tecnologico (come nel caso degli OGM).

Vi è però dell'altro. Come abbiamo evidenziato nel corso del capitolo, **nuovi fronti si sono aperti**. Essi riguardano principalmente la salute del consumatore, le forme della comunicazione pubblicitaria, la sempre più pressante richiesta di salvaguardia del patrimonio culturale legato all'alimentazione, attraverso una domanda di un recupero di autentica naturalità.

Rispetto al primo dei punti citati, è aperto il dibattito se l'industria debba giungere a farsi carico della salute dei consumatori (come potrebbe fare attraverso forme di ricettazione più attente ai rischi potenziali per i consumatori, riducendo ad esempio il contenuto di sale dei prodotti), o se i processi di produzione debbano essere prevalentemente orientati dalla scelte dei consumatori. E' evidente che i diversi temi si intrecciano, perché entrano in gioco anche le scelte in materia di comunicazione.

Qui crediamo occorra prendere posizione. Pur ritenendo decisivo un processo di crescita culturale del consumatore di beni alimentari, capace di "imporre" scelte che tengano maggiormente conto degli aspetti dietetici, pensiamo faccia parte di un concetto di responsabilità da parte dell'industria alimentare l'individuazione di tutte le possibili modalità per aumentare le conoscenze disponibili e migliorare il contenuto di "benessere" del cibo proposto, all'interno delle diverse categorie merceologiche.

Anche la comunicazione ricopre un ruolo fondamentale. Al di là delle esigenze normative più specificamente legate ai cosiddetti *functional food*<sup>102</sup>, si ravvisa l'esigenza di introdurre forme di comunicazione pubblicitaria a maggior contenuto di informazioni rilevanti per il consumatore.

L'industria alimentare sarà infine chiamata a raggiungere una maggiore consapevolezza del profilo di sostenibilità che dovrebbe caratterizzarne l'operato. Sostenibilità sociale, vale a dire la capacità di garantire adeguati quantitativi di prodotti adatti a stili alimentari sani. Sostenibilità ambientale, riducendo al minimo l'impatto delle operazioni svolte.

Da ultimo, vi è il tema non scontato della difesa delle tradizioni alimentari. Come abbiamo evidenziato nel corso di tutto il documento, l'alimentazione costituisce l'espressione di una cultura che l'ha generata. Laddove questo legame è stato reciso, non hanno tardato a mostrarsi le drammatiche conseguenze.

Per questo il recupero di una vera cultura alimentare costituisce lo strumento più potente a disposizione dell'industria alimentare per porsi al servizio dell'uomo, della sua salute, delle sue aspirazioni, della sua vita di relazioni.

### 3.2.5 La comunicazione alimentare tra miti, segni e manipolazione

La comunicazione alimentare ha sempre tentato di promuovere miti che promuovessero forme di immedesimazione da parte del consumatore.

Oggi però siamo giunti al punto in cui questo armamentario di strumenti e logiche, affinate sulla scorta delle esperienze del passato, non basta più a interpretare correttamente la realtà degli stili di vita e di consumo.

Come evidenziato, la **domanda di autenticità dell'esperienza alimentare, di sostenibilità ambientale ed etica sociale, ma anche di inclusione della diversità**, saranno le dimensioni su cui costruire la nuova visione del cibo in futuro.

Due paradigmi si stanno imponendo, su tutti: un paradigma di integrazione scientifica, da un lato e un paradigma di integrazione ecologica, dall'altro.

Il paradigma tecnologico introduce un'interpretazione medicalizzata della salute umana e ambientale, basata sulla manipolazione biotecnologica e su una concezione funzionale del cibo, potenziato attraverso l'ingegneria. Il paradigma naturale promuove un'interpretazione olistica della salute umana e ambientale, basata sulla diversità ecologica e sull'agro-ecologia e una concezione più culturale del cibo, attraverso lo sviluppo dell'organico.

Si tratta di due approcci per molti versi contrapposti, ma entrambi generati dallo stesso nucleo di fattori di cambiamento descritti nel corso del capitolo.

Su questi due grandi temi, l'industria alimentare, le singole aziende e le marche relative dovranno confrontarsi. E da qui nascerà probabilmente una nuova industria alimentare.

La marca continuerà a essere, forse più di prima, una grande produttrice di nuovi significati, di senso da dare alla quotidianità: dovrà offrire prima di tutto un mondo valoriale, di identificazione, di specchio delle aspirazioni umane profonde e connessione - per similitudine - con gli altri. In un mondo di "non-luoghi" la marca dovrà far sentire "a casa propria".

Le persone comprenderanno marche capaci di offrire esperienze di nuovi significati, capaci di assecondare identità molteplici,

101 World Bank

102 US Food and Drug Administration

che diano una reale sensazione di appartenenza, che inventino nuovi concetti di comunità, che ingaggino in una interazione genuina.

Perché questo accada, perché l'industria alimentare sia in grado di entrare in questo nuovo mondo con la sufficiente efficacia, occorre però che compia un salto di qualità, accettando la nuova serie di responsabilità, qui citate, che ne caratterizzino il futuro operato.

### 3.2.6 Per una visione futura dell'alimentazione: rientrare in contatto con la dimensione culturale del cibo, ridefinirne il piacere, diffonderne il sapere

Abbiamo fin qui elencato un'insieme di fattori che influenzeranno il futuro del cibo nei prossimi decenni: su tutti la richiesta di maggior naturalità e l'esigenza di un riequilibrio degli stili alimentari verso un approccio dietetico più salutare e sostenibile.

Ma la grande sfida della nostra epoca è probabilmente quella di riappropriarci di un **rapporto più profondo, più ricco, più motivante con l'alimentazione**, dove il rapporto con il cibo sia ricondotto alla dimensione dell'estetica, del gusto, del piacere. Da questo punto di vista la dimensione temporale, come più volte accennato, appare decisiva. Un tempo che si dilata per lasciare nuovo spazio all'esperienza alimentare.

Altrettanto importante è il recupero della convivialità, che fonda per molti aspetti la possibilità di un'esperienza di gratificazione.

Pur nell'esigenza di recuperare tratti tipici di una ritualità tradizionale, le caratteristiche della realtà di oggi impongono di accostarsi al consumo di alimenti secondo nuovi paradigmi di comportamento. La società post-moderna è la società del disincanto, della perdita della magia dello scambio simbolico, dello stravolgimento spazio-temporale dei modi di vita. La stessa globalizzazione rende incombente la presenza del "diverso", privando le persone delle dimensioni umane di tangibilità, somiglianza, durabilità, connessione, profondità.

Il rischio è che una disperata necessità di interrelarsi agli altri e la progressiva paura e incapacità di farlo tenderà a rendere le comunità fragili ed effimere, le emozioni temporanee e frammentarie.

In sintesi, la società del futuro sarà la società della **molteplicità e dell'incertezza**: una società più anziana, femminilizzata, economicamente più polarizzata, multietnica, molto più urbanizzata, fondata sulla mobilità totale e su stili di vita frammentati e sotto pressione, con emergenze ambientali gravi. Velocità di vita e perdita della dimensione spaziale convenzionale saranno le dimensioni che determineranno i modi di vita.

Gli stili di vita saranno perciò "liquidi", influenzati dalle situazioni e dall'umore cangiante, le identità di età, genere, cultura saranno multiple e in continuo cambiamento.

Quale sarà il ruolo del cibo in questa nuova realtà che si va determinando? La base del consumo tenderà sempre più a essere l'immaginario. Non saranno i prodotti di per sé a favorire la scelta, ma il loro codice di significato. Per indurre al consumo e *durare* di più nelle scelte individuali, i prodotti dovranno integrare agli aspetti funzionali ed emozionali con elementi simbolici, interpretando il bisogno di radici, di localizzazione, di durata, di sollievo dall'ansia, di rassicurante confine fisico e mentale.

Questo, sul versante degli stili alimentari, apre la possibilità di un nuovo rapporto con il cibo. I tratti emergenti di questo nuovo approccio potrebbero essere - secondo l'analisi di Bauman - situati all'incrocio tra il piacere dell'esperienza sensoriale e la richiesta di una comodità situazionale che consenta di godere appieno del cibo gustato. Il tratto della velocità, è diventato un elemento caratteristico della nostra epoca, secondo declinazioni diverse da quelle che conosciamo influenzerà significativamente il nostro rapporto con il cibo.

Ciò introduce altre due dimensioni rilevanti: da un lato la semplificazione della preparazione (che consentirà di guadagnare il tempo che oggi manca e supplire la perdita di cultura alimentare che impedisce di operare autonomamente in questo ambito); dall'altro la sua portabilità ovunque, intesa come facilità di applicazione dello stile alimentare desiderato anche all'interno di una società in movimento sempre più frenetico.

Anche la ritualità è una dimensione potenziante del rapporto con il cibo. Il recupero degli aspetti rituali conferisce una dimensione di senso e rassicurazione che contribuisce a rendere più intensa l'esperienza del mangiare.

In sintesi, il futuro ci riserverà il tentativo di una reinterpretazione costruttiva del rapporto con il cibo, nel tentativo di conciliare le dinamiche sociali del nostro tempo con un approccio salutare e positivo all'alimentazione.

## 4. Conclusioni

**V**orremmo chiudere questo nostro percorso di riflessione relativo alle implicazioni culturali dell'alimentazione evidenziando quelli che ci sembrano i risultati salienti del lavoro svolto. Innanzitutto, sembra opportuno segnalare due elementi essenziali per comprendere il senso delle conclusioni cui siamo pervenuti:

- il consumo di cibo è, per sua natura, **una esperienza culturale specifica dell'uomo**. Quello tra pratiche alimentari e cultura è infatti un legame che emerge come dato strutturale da tutta la storia dell'umanità. Il progressivo inaridirsi di questo importante aspetto della dimensione culturale complessiva sembra il frutto di un processo di alienazione che, come abbiamo mostrato, genera ansie e incertezza. La nostra epoca rappresenta dunque il momento più opportuno per riqualificare, in termini positivi, il valore culturale della relazione uomo-cibo. La rilevanza sociale e l'urgenza di una vasta operazione di ripensamento di tale relazione la rendono non più rinviabile, necessaria per rispondere, alla radice, ai bisogni e alle aspirazioni delle persone;
- la cultura alimentare è **la leva più efficace per ridefinire in termini concreti** il rapporto uomo-cibo. E' solo a partire da una cultura dell'alimentazione maggiormente attenta ai valori della naturalità e della sostenibilità in tutte le sue declinazioni, che possono essere affrontate con successo anche le grandi emergenze alimentari del nostro secolo, da quelle legate all'accesso al cibo, alla prevenzione di un'ampia gamma di patologie, al rispetto dell'ambiente. La cultura è da sempre un moltiplicatore di risultati, grazie alla sua capacità di attivare e orientare le energie delle persone in forma collettiva. Limitarsi all'individuazione di soluzioni tecniche alle problematiche emergenti, trascurando la diffusione di una dimensione culturale e di conoscenza, significa pianificare interventi di breve termine, rinunciando a incidere sulle cause profonde delle difficoltà attuali.

Alla luce di questa impostazione, riteniamo in definitiva che reindirizzare il futuro dell'alimentazione significhi:

- valorizzare il serbatoio ricco e articolato della **convivialità**. Il nostro è un tempo povero di relazioni. Il moltiplicarsi delle occasioni di contatto, anche attraverso le nuove tecnologie, spesso coincide con la superficialità dei rapporti umani. Il cibo è invece da sempre veicolo di occasioni di incontro e relazione; occorre perciò recuperare questa sua naturale inclinazione restituendo a una più adeguata dimensione sociale i momenti in cui lo si consuma;
- proteggere la **varietà territoriale locale**, in chiave espansiva. In quanto espressione dell'identità di una comunità e

di un territorio, il cibo conserva un tratto di unicità che lo rende, da un lato, occasione di riscoperta delle proprie radici culturali e, nel contempo, possibilità di rapporto con altre tradizioni. Perché questo accada occorre però conservare la ricchezza delle identità, senza rinunciare al gusto delle contaminazioni, rinforzando il capitale emotivo legato alle radici, alla tipicità, alla localizzazione territoriale, ma giocandone gli aspetti umanamente universali;

- trasferire la **conoscenza e il saper fare** come straordinari giacimenti di ricchezza culturale. La preparazione dei cibi è per sua natura un'esperienza in larga misura artigianale: il consumatore è infatti chiamato a contribuirvi partecipando a forme di *co-produzione* con chi rende disponibili i beni alimentari. Tale intervento richiede però importanti competenze, che devono essere conservate e trasferite nel tempo;
- tornare a un sano rapporto con il territorio e il contesto della materia prima, mirando all'**eccellenza degli ingredienti**. Nel caso dell'alimentazione, il rapporto tra la qualità materiale del cibo e la qualità dell'esperienza culturale è molto forte. Il cibo di modesta qualità non produce cultura. Occorre perciò lavorare a fondo sull'eccellenza degli ingredienti, stabilendo un legame diretto e rispettoso con il contesto in cui la materia prima nasce;
- riprendere il valore del cibo come tramite di **rapporto fertile fra le generazioni**, nella semplicità e chiarezza dei suoi benefici. Il tavolo della prima colazione e della cena serale sembra restare in molte famiglie uno dei pochi luoghi privilegiati attraverso cui passa un'esperienza di vita in comune, di educazione a una migliore condivisione degli affetti. Anche questo elemento va recuperato come elemento di costruzione (e ricostruzione) di un tessuto sociale che con la modernità va indebolendosi;
- recuperare i **sapori antichi capaci di essere rinnovati** nel gusto contemporaneo, attraverso un'operazione critica che consenta di trattenere il meglio della tradizione gastronomica, cercando di reinterpretarla creativamente. E' questo, in tutti i campi, il principale meccanismo di trasmissione dei fenomeni di natura culturale;
- infine **diffondere la cultura del gusto e del saper vivere** attraverso il cibo autentico, perché rivitalizzare la magia e lo stupore del cibo nei suoi rituali e nel suo piacere spensierato - quale carburante esistenziale e culturale - consente una rinnovata centralità delle persone e delle loro emozioni. Il lusso e la salute futuri risiederanno in misura molto forte nell'arte di vivere e concepire il cibo in chiave culturale.

*"[...] Voglio i bignè del supermercato [...] Per un'ottima bignolina ricoperta di granella vale lo stesso criterio di ogni pasta da bignè che si rispetti. Non deve essere troppo molle né troppo dura. Il bignè non deve essere elastico né flaccido né friabile o aggressivamente asciutto. Il suo successo risiede proprio nell'essere morbido ma non fiacco, consistente ma non secco. E' la croce dei pasticceri che lo farciscono di crema: evitare che la mollezza del ripieno contaminino il bignè [...]. Molte pagine sono state scritte sul primo boccone, sul secondo e sul terzo [...]. Ma non riesco a esprimere, se non alla lontana, l'ineffabilità di quella sensazione [...]. Come il nodo nevralgico che si annida nei recessi delle nostre fantasticherie, ispirato unicamente dal nostro io profondo, così la bignolina era l'incarnazione della mia forza di vivere ed esistere. [...] Il punto non è mangiare né vivere, è sapere il perché"<sup>103</sup>.*

103 Barbery M., "Estasi culinarie", 2008



## BIBLIOGRAFIA

- "The Social Responsibility of Business is to Increase its Profits", *The New York Times Magazine*, September 13, 1970
- Acton E., "Modern Cookery for private family", Londra, 1845; Boudan C., 2005
- Ames Bruce N., Swirsky Gold Lois, "Paracelsus to Parascience - The Environmental Cancer Distraction", September 7, 1999
- Anderson E., "Everyone Eats. Understanding Food and Culture", New York University Press, New York, 2005
- Anthelme Brillat-Savarin, *Afortisma IX*
- Baldini M., "Is the Mediterranean lifestyle still a reality? Evaluation of food consumption and energy expenditure in Italian and Spanish university students", *Public Health Nutrition*, 2008
- Barbery M., "Estasi culinaria", 2008
- Barthes R., "Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine", 1961
- Barilla Center for Food & Nutrition, "Cambiamento climatico, agricoltura e alimentazione", 2009
- Barilla Center for Food and Nutrition, "Alimentazione e Salute", 2009
- Beecher C., Beecher Stowe H., "The American woman's home, or Principles of Domestic science", J. B., Ford, New York, 1872
- Belasco W., "Meals to come, a history of the future of food", 2006
- Boudan C., "Le Cucine del Mondo: la geopolitica dei gusti e delle grandi culture culinarie", 2005
- Braudel F., "La Méditerranée. L'espace et l'histoire", Parigi, 1985
- Brillat-Savarin, "Physiologie du Gout, ou Méditations de Gastronomie Transcendante", Sautelet, Paris, 1826 [traduzione italiana, *Fisiologia del gusto, ovvero meditazioni di gastronomia trascendente*, Rizzoli, Milano, 1996]
- Capatti A., Montanari M., "La cucina italiana", 1999
- Club di Roma
- Counihan C., Van Esterik P., "Food and Culture: a reader" II Edition, 2008
- Douglas M., Isherwood B., "The world of Goods: Towards an Anthropology of Consumption", 1979
- Fidanza A., Fidanza F., "Mediterranean Adequacy Index of Italian diets", *Public Health Nutrition*, 2004
- Flandrin J.L., "Il gusto e la necessità", 1994; Harris M., "Buono da mangiare. Enigmi del gusto e consuetudini", 1990
- Fukuoka M., "The one-straw revolution: an introduction to natural farming", 1978
- Granet M., "La pensée chinoise", 1934
- Guigoni A., "Il cibo come linguaggio e cultura"
- Guigoni A., "Antropologia dell'Alimentazione", art. 2001
- ICEA - Istituto per la Certificazione Etica e Ambientale
- Keys A., "Seven Countries. A multivariate analysis of death and coronary heart disease", Harvard University, 1980
- Kirchmann, Ryan, "Nutrient Exclusivity in Organic Farming. Does It Offer Advantages?", 2005
- Lang T., Heasman M., "Food Wars. The Global Battle for Mouths", *Minds and Markets*, Earthscan, London, 2005
- Leitch A., "Slow Food and the Politics of Pork Fat: Italian Food and European Identity", in "Food and Culture: a reader", 2008
- Lévi-Strauss C., "Le Totémisme aujourd'hui", Puf, Paris, 1962.
- Lin Yutang, "La Chine et les Chinois" Parigi, 1937, p. 353
- Mannell S., "Français et Anglais à table", p. 294
- Manzini E., Jégou F., "Scenari di vita urbana", 2003
- Minelli E., "La dietetica nella medicina tradizionale cinese", 1998
- Montanari M., "Il cibo come cultura", 2008
- Montanari M., "Il mondo in cucina: storia, identità, scambi", 2002
- Muller K., "Piccola etnologia del mangiare e del bere", 2005
- Neresini F., Rettore V., "Cibo, cultura, identità", 2008
- Perdue L., "The French Paradox and Beyond", Renaissance Publishing, Sonoma, 1992
- Pinker S., "How the mind works, Norton", New York, 1997
- Pollan M., "Il dilemma dell'onnivoro", Adelphi, 2006
- Pollan M., "In Defense of Food. An Eater's Manifesto", 2008
- Rifkin J., "Ecocidio"
- Roberts P., "The End of Food", Mariner Books, New York, 2008
- Rozin P., "Food is fundamental, fun, frightening and far-reaching", 1999
- Rozin P., "The selection of foods by rats, humans and other animals", 1976
- Sabban F., "Le système des cuissons dans la tradition culinaire chinoise, *Annales ESC*", aprile 1983, 2, p. 357
- Senato della Repubblica Italiana, Seduta n. 21, 17 giugno 2008
- Time, "Local-food movement: the lure of the 100-mile diet", 11 giugno 2006
- Toussaint-Samat M., "A history of food", 2009
- US Food and Drug Administration
- Walker Bynum, 2008
- World Resources Institute, Database
- World Water Council, 2008





## Contatti

Barilla Center For Food & Nutrition  
via Mantova 166  
43100 Parma ITALY  
info@barillacfn.com  
www.barillacfn.com