cucina

Mangiare secondo la Bibbia, un po' per pregare un po' per gustare i «sapori dell'Eterno». È l'idea di due sacerdoti, in un libro che propone ricette tratte o dedotte dalle Sacre Scritture

E il buon Dio disse: «Tutti a tavola»

Accanto alle pietanze i versetti dai quali sono tratte Un'altra guida gastronomica spiega come preparare i piatti speciali e gustosi che caratterizzano le feste mediorientali nelle tradizioni ebraica, cristiana e islamica

DI DANIELA POZZOLI

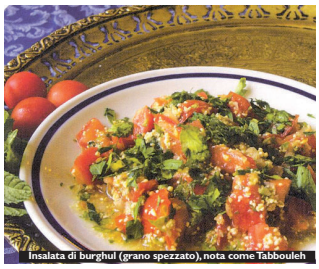
In tavola è pronta la cena, ma forse anche qualcosa di più, come la salvezza eterna. Possibile? Sì, a patto di cucinare secondo la tradizione biblica e di rileggersi i testi sacri mentre si è alle prese con mestoli e fornelli. Con questa idea in testa, o forse nel cuore, chissà, don Andrea Ciucci e don Paolo Sartor, amici da una vita con la passione per la cucina e i viaggi, hanno deciso («In metropolitana a Londra, un po' per scherzo...», confessano) di non pensare solo alla pancia e di scrivere una guida particolare. Si intitola *A tavola con Abramo. Le ricette della Bibbia* (San Paolo, pagine 174, 18 euro). Hanno evitato di parlare di ricette "divine", e va a loro merito, ma «La Bibbia ci consegna una vicenda umana segnata dall'agire di Dio – racconta don Andrea – e le ricette dell'epoca ci offrono uno spaccato interessante della vita quotidiana. Ne riproduciamo sessanta, che sono state riscritte, testate e "aggiustate" da noi e da un club di amici e gourmet. La miriade di piccole nozioni, che riproduciamo accanto ai venti testi biblici principali, aiutano a comprendere il mondo biblico e il senso profondo degli avvenimenti della nostra storia sacra». Ingredienti e procedimenti sono il più possibile aderenti a quelli originali, anche se è stato indispensabile abbreviare i tempi di cottura e modificare alcune dosi, senza mai alterare i sapori. Un po' di filologia e di geografia per impedire l'uso di "cose" a quei tempi sconosciuti, come ad esempio il pepe, che arriverà dall'Oriente nel I secolo dopo Cristo, il peperoncino («non era una cucina piccante»), men che meno cacao e patate, originarie dell'America.

Anche le carote erano estranee alle massaie di quei tempi e come unico dolcificante veniva utilizzato il miele. Banditi dagli autori, ovviamente, pentola a pressione e forno a microonde. Spiega dunque don Ciucci: «Alla tavola di Mosè l'olio abbondava come del resto i grassi animali. Il cibo dei patriarchi navigava nell'unto, oggi sarebbe inconcepibile, così come i tempi di cottura, con le carni durissime e non frollate che richiedevano ore e ore se non giorni per essere cotte». Un esempio è la «cottura sotto la sabbia bollente del deserto». «Irripetibile. Si usava soprattutto – riprende l'autore – per le quaglie, che venivano poste sotto braci ardenti. Noi abbiamo rivisitato la ricetta, decidendo di avvolgere la carne e le spezie in una crosta di pane e poi in un'altra di argilla, restituendo i sapori, ma mettendo tutto nel più veloce forno a gas. Stessa cosa per le *huevas hamniados*, le "uova sode", cibo raro all'epoca perché si raccoglievano soltanto nei nidi abbandonati degli uccelli e le cotture erano anche di 18-24 ore. A fuoco vivace oggi ne bastano 2 e sono uno spettacolo perché assorbono il color porpora che lasciano nel liquido di cottura cipolle e cavoli rossi». Alcuni piatti del ricco indice sono descritti con la precisione del testo sacro, altri sono soltanto citati, altri ancora appartengono alla tradizione culinaria del vicino Oriente. «In ogni caso si tratta di un modo adatto a gustare delle Scritture – spiega ancora don Ciucci – e anche i sapori. Ed è nelle "quaglie ripiene della promessa" che ci siamo sbizzarriti, utilizzando tutti i sette sapori donati da Dio al suo popolo. Sono elencati nel Deuteronomio: "Dio sta per farti entrare in una buona terra... terra di frumento, di orzo, di viti, di fichi e di melograni; terra di ulivi, di olio e di miele dove non mangerai con scarsità il pane e dove non ti mancherà nulla". Ma anche nella "Macedonia di Gioele" abbiamo utilizzato i frutti dell'Antico Testamento». Del resto, come scrive Ezio Santin, uno dei più accreditati chef italiani, nella sua prefazione: «Il buon cuoco rispetta la natura e usa la tecnica, le conoscenze acquisite, il proprio intuito per rendere grazie quotidianamente del tempo che ci è concesso». L'intento di Ciucci e Sartor è chiaro: «Il cibo ci rivela qualcosa del mistero di Dio, approfittiamone. Nel capitolo "A tavola con Maria" si capisce come Gesù si sia ispirato in alcune parabole a sua madre quando la vedeva impastare la farina e anche nel "Bollito al modo di Dio" è Dio stesso che detta la ricetta al profeta Ezechiele, per offrirgli l'occasione di annunciare il futuro di Gerusalemme, assediata dai nemici». Nel testo volutamente non si fa cenno alla successiva tradizione culinaria ebraica della diaspora, assai ricca di norme che la regolano e di sapori che la caratterizzano. Gioca invece proprio sui piatti della tradizione ebraica, cristiana e islamica il manuale di ricette *Shalom Salaam. Feste e ricette del Medio Oriente* di Joan Rundo (Edizioni Terra Santa, pagine 132, euro 16.50). La chiave di lettura della guida è che ogni festa ha una sua ricetta, ma attenzione, solo i cuochi cristiani non hanno alcuna prescrizione religiosa da osservare: per loro è possibile infornare carne di agnello o di maiale, farcirla a piacimento, cucinare qualsiasi tipo di pesce... Nonostante l'estrema libertà la cucina cristiana mediorientale ha una sua identità precisa ed è radicata in una tradizione ricca di simboli, di significati religiosi legati alle feste cristiane. Anche in questo caso scoprire, sedendosi a tavola, il valore di un piatto gustato da generazioni di fedeli d'Oriente per Natale o per Pasqua diventa un modo per farsi più prossimi, anche se solo a tavola, ai cristiani di Terra Santa.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

«Incontro tra Abramo e Melchisedeck», particolare del Polittico dell'Ultima cena di Dieric Bouts (1464)

«Helva», dolce armeno di semolino



Insalata di burghul (grano spezzato), nota come Tabbouleh

Le dolci «orecchie di Haman»

CIVILTÀ CATTOLICA

Avvolto in fasce e posto in una mangiatoia... Gesù nasce per essere mangiato

Col titolo "La nascita di Gesù: mangiare o essere mangiato", il gesuita Roland Meynet (professore emerito della Facoltà Teologica dell'Università Gregoriana) sull'ultimo numero della rivista «Civiltà Cattolica» evidenzia i primi passi del suggestivo percorso evangelico che conduce il Cristo a farsi dono totale nella morte in croce e nell'Eucarestia. Il racconto della nascita di Gesù nel Vangelo di Luca è presentato e studiato sotto questa particolare angolatura, con riferimento a diversi testi dell'antico e del nuovo testamento. Gli avversari sono quelli che «mangiano» gli uomini, Gesù invece «è mangiato» da loro. Tra coloro che "mangiano" ci sono l'imperatore Augusto e il re Davide (nell'ultimo periodo del suo regno (Sam 8,10-18), per i loro censimenti che hanno lo scopo di contare i sudditi per poterli sfruttare. Invece Gesù, come prima di lui Salomone, è portatore di pace: è il Salvatore che, come il pane della vita, offre il suo corpo per «essere mangiato». Completano la simbologia i pastori, gli sfruttati, tra i quali Gesù nasce, e la mangiatoia, su cui Gesù è adagiato all'inizio, come alla fine sarà adagiato nella tomba. Come i pastori di Betlemme riferiscono l'annuncio di pace ricevuto dagli angeli, così gli apostoli e i discepoli sono i testimoni e gli annunciatori del messaggio di pace dopo la risurrezione di Gesù.

in viaggio con gusto

di *Paolo Massobrio*

Nel cibo il Mistero si fa riconoscere

Il rapporto fra cibo e religioni mi intriga parecchio, perché va a sdoganare un'idea che talvolta mi coglie anche nel lavoro di critico enogastronomico. E l'idea è che il cibo, come dichiarano gli autori, ci rivela qualcosa del mistero di Dio. Del resto la domanda che talvolta coglie gli spiriti semplici, ben diversi dagli obnubilati edonisti, è perché abbiamo a disposizione una così grande varietà di cibi, che combinati fra loro danno origine alle ricette? Perché questa complicazione, quando per espletare una funzione fisica, quella di nutrirsi, basterebbe un solo cibo, che un poco assomiglia a quello igienicamente perfetto, ma pur sempre quello, che il cuciniere del mondo, leggasi le grandi multinazionali del cibo, vorrebbero perpetuare quasi a disconoscere l'ordine delle stagioni? Già perché? È un gioco divino? Oppure è qualcosa di più, quasi che dentro a quel fattore che è il gusto qualcuno abbia deciso di farsi riconoscere, come la consegna di una cifra che svela un'origine: siamo fatti per una positività. Del resto il cibo, inteso anche come elaborazione, ricetta, è da sempre un elemento di partecipazione alla vita. Lo fu quando la mamma ci allattò, lo è ogni volta che condividiamo il medesimo cibo con un altro. Ne ebbi conferma quando ne parlava, riferendosi alla cucina dei conventi, lo storico Leo Moulin. E fu proprio lui a insegnarmi quanto nella civiltà cristiana ci fosse questo elemento gioioso del cibo come fattore di segno. Per questo l'appiattimento del gusto, ovunque e comunque lo si attui, è qualcosa che va contro la nostra natura di partecipanti alla vita. È comunque commovente il passaggio della dettatura della ricetta, ribattezzata il "Bollito al modo di Dio" laddove è Dio stesso che istruisce il profeta Ezechiele; così come dell'indicazione dei frutti del Deuteronomio che arrivano con le stagioni e con cui cimentarsi. E l'accento sulla stagionalità sembra quanto mai attuale oggi, quando nella babele del commercio, abbiamo perso i connotati stessi del fluire del tempo, tra estati e inverni, e quindi dei loro doni. Il miracolo, del resto, non sta mai in qualche cosa di avulso dalla realtà, ma sempre in elementi che si possono riconoscere, come un frutto che arriva in quella stagione e non in un'altra. Io credo che una madre, come mia madre, che portava a tavola i frutti al loro tempo, sia stata artefice di un'operazione culturale potente quanto inconsapevole. È come se in un modo semplice mi avesse messo, fin da bambino, al centro di un universo mondo: con un cavolo o un melograno. Ma tutto questo non si raggiunge guardando la televisione o cercando una ricetta su internet: si guadagna scoprendo la sorpresa di una realtà così come si svela. Mi colpisce allora pensare che la "grande" cucina di casa nostra, quella dei migliori cuochi, sia proprio la realizzazione di questo racconto, contrario di appiattimento e omologazione, ma esaltazione, fino al prodotto di prossimità, di quello che si chiama gusto, che trae fonte dalla luce e dal sole delle nostre campagne. Con questo libro pacificante, dunque, sembra che la storia della compagnia di Dio all'uomo arrivi fino alla tavola, e ci inviti a una festa. Che è appunto la vita.

> La civiltà cristiana da sempre considera la varietà delle vivande un segno del Cielo, un miracolo gioioso nella festa della vita

© RIPRODUZIONE RISERVATA

APPUNTAMENTI

EROS-AGAPE ALLA PAOLO VI

◆ Padre Raniero Cantalamessa, predicatore della Casa Pontificia, sarà oggi alle 17,30 alla libreria internazionale Paolo VI per parlare del suo libro "Eros e Agape. Le due facce dell'amore umano e cristiano" (San Paolo) con Neria De Giovanni. Volume che raccoglie le meditazioni tenute alla Casa Pontificia, in presenza di papa Benedetto XVI e dei componenti della Cappella Papale, nella Quaresina 2011. In esso sulla scia delle due encicliche del Santo Padre («Deus caritas est» e «Caritas in veritate») si cerca di mettere in luce la bellezza dell'ideale cristiano che riconcilia in sé eros e agape e la necessità di improntare a esso tutte le relazioni umane. Secondo padre Cantalamessa «l'amore vero è una perla racchiusa dentro due valve che sono l'eros e l'agape».

CULTURA E RELIGIONE

Assisi: la sacralità nel lavoro artigiano e negli artisti di oggi

I mestieri artigiani-creativi a rischio di scomparire (liutaio, calzolaio, falegname, rilegatore, ricamatrice, orafo, vetratista...) visti con l'ottica di un fotografo allo scopo di condurre una ricerca antropologica e culturale. È la filosofia che ha guidato il lavoro del maestro della fotografia Giacomo Bulla e dei ragazzi del gruppo QGD. Il risultato viene presentato in una mostra che si tiene nella Galleria d'arte della Pro Civitate Christiana ad Assisi, da domani al 29 febbraio col titolo: "Mani che creano, mani che salvano". Il sottotitolo fornisce l'interessante chiave di lettura: "Opere di pittura, scultura e fotografia sul lavoro artigiano e su Gesù lavoratore". L'idea è di abbinare l'immagine fotografica a opere originali di artisti del '900 sul tema di Gesù lavoratore, tratte dalla stessa Galleria, con rimandi di grande suggestione, anche per la qualità di artisti come Vangelli, Purificato, Mattioli, Longaretti...

Bologna: la pittura e l'amicizia fra Balla ed Emilio Ambron

Un viaggio nei fermenti artistici e culturali italiani di inizio '900. Si apre oggi pomeriggio a Bologna una interessante mostra dedicata alle opere, agli scambi epistolari e ai rapporti familiari fra Giacomo Balla ed Emilio Ambron. L'esposizione, che si tiene alla Galleria d'arte moderna "Raccolta Lercaro", si intitola "Balla/Ambron. Gli anni Venti fra Roma e Cotorniano", propone opere (dalla donazione Ambron) di entrambi gli artisti, della madre di Emilio, Amelia e di due pittori amici del calibro di Giovanni Colacicchi e Mario Tozzi. Pioniere del Divisionismo italiano e futurista della prima ora, Balla (1871-1958) conosce Amelia Almagià Ambron (1877-1937) subito dopo la Grande Guerra. Da quel momento le loro famiglie diventano assidue. Spesso Balla, la moglie Elisa e le figlie Luce ed Elica soggiornano nella tenuta di campagna degli Ambron a Cotorniano, in provincia di Siena. Per alcuni sono ospiti di Villa Ambron ai Parioli. A testimonianza di questa intensa amicizia la mostra propone numerose lettere e cartoline (datate fra il 1919 e la metà degli anni Cinquanta), alcune illustrate a mano dallo stesso Giacomo (con paesaggi, piccoli schizzi e frasi in stile futurista), inviate dai Balla ad Amelia e ai suoi tre figli: Emilio, Nora e Gilda. In quegli anni la casa di Amelia diventa un ritrovo di artisti, fra i quali, oltre ai già citati, anche il maestro di Amelia, Antonio Mancini. Fra le opere esposte spicca un ritratto di Balla realizzato da Emilio Ambron (1905-1996) e un ritratto di Gilda realizzato a tecnica mista da Balla.