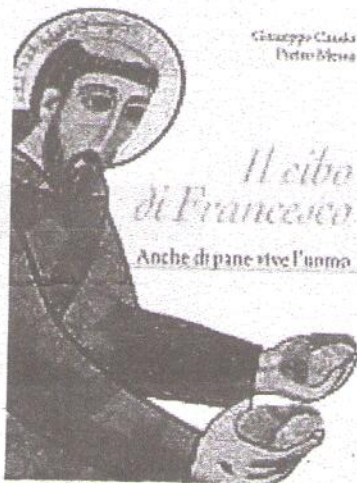


San Francesco e i piaceri della gola

IL LIBRO

Non solo l'inventore del presepe, non solo il rivoluzionario che fondò un nuovo ordine, non solo il mistico che entrava in sintonia con gli animali e la natura. San Francesco era anche un buongustaio, o, perlomeno, un precursore di una dieta che si può accostare a quella mediterranea. Perché la sua vicenda umana è costellata anche di cibi. Lo ha scoperto Giuseppe Cassio, storico, vicepresidente di Italia Nostra, che ha scritto un libro insieme a Pietro Messa, (Edizioni Terra Santa) proprio sul rapporto fra i cibi e il santo patrono d'Italia. «Anche nella vicenda umana di san Francesco è implicato il cibo: pane, focacce e cereali, erbe selvatiche, verdure e ortaggi, i mostaccioli a base di mandorle, miele e mosto d'uva, ma anche uova, formaggi, carne di maiale con i suoi derivati, pollo, pesce bianco o azzurro e pasticcio di gamberi, il suo preferito», si legge nella nota di presentazione al libro.

«Sono solo alcuni dei cibi che Francesco impiega per sostenere il suo corpo e che sono raccontati negli episodi di questo libro, desunti dalle fonti francescane. Al di là di un'agiografia austera e mistica, Francesco ci appare come un "sano goloso", un moderato estimatore di buon cibo, che sa apprezzare come dono e segno di letizia e di umile ringraziamento a Dio». Un libro recensito ovviamente anche sul sito dei frati francescani di Assisi do-



La copertina del libro
"Il cibo di Francesco"

ve Giuseppe Caffulli, direttore delle Edizioni Terra Santa, che ha curato la presentazione del volume spiega che «nell'immaginario collettivo, Francesco avrebbe condotto una vita di stenti, quasi non avesse il primario bisogno di nutrirsi. Viceversa le fonti ci danno notizia di un Poverello "sano goloso", moderato estimatore del buon cibo, che sa apprezzare come dono e segno di letizia».

Tutto, spiega Caffulli, «se preso senza ingordigia, contribuisce a lodare il Creatore nel creato. E a rafforzare la fraternità tra gli uomini».

E la modernità di San Francesco si vede anche nei suoi consigli a non esagerare mai e ad evitare abusi e sprechi. Ammonimenti quanto mai attuali.