

# L'Atipico

N.103 - ANNO XIX - LUGLIO - AGOSTO - SETTEMBRE 2023

PRODOTTO ATIPICO LOCALE



## L'insostenibile leggerezza del cibo

Copertina di Riccardo Morroi

# SOMMARIO # 103

Overture / Charlie Del Buono - 3

## L'insostenibile leggerezza del cibo

La grande truffa dell'alimentazione / Maurizio Tommasini - 4

A tavola con la paura / Matteo Sordi - 6

Elogio al corpo snello / Martina Pucci - 8

Tengo fame... / Pino Ficili - 9

Zitto e mangia! / Roberto Pagnotta - 10

L'insostenibile leggerezza del cibo (al pub) / Max Barulli - 11

Cheesecake o Sachertorte? / Romina Faralli - 14

Il cibo / Nunzio Dell'Annunziata - 15

Balcani da gustare / Roberto Politi - 16

Il sapore di un ricordo / Mattia Pucci - 18

Mendeleev! Chi era costui? / Franco Fantozzi - 20

Si, proprio lui! / Riccardo Meacci - 22

## Ricerca e territorio

Gli esami del cuore / Marinella Aquaro - 24

## Effetti collaterali

18 febbraio 2022 / Davide Pula e Giulio Marchettoni - 28

## L'impermeabile di Bogart / Fausto Gaeta

Argentina 1985 - Corro da te / 30

L'ultima notte d'amore - Aurora Leone: una famiglia a pretesto / 31

## La casa di carta / Davide Morresi

UVA. Una vita altrove - 32

## Pestoni e Carezze / Charlie Del Buono

Le opinioni di Ciccilla - 34

Il prossimo numero avrà come titolo:

Casa dolce casa

Se vuoi partecipare contatta la redazione entro il 10 novembre all'indirizzo  
redazione@atipico-online.it

## L'Atipico

Periodico culturale trimestrale dell'associazione Il Carro di Annibale

Registrazione del tribunale di Perugia 34/2004 del 06/10/2004

Direttore Responsabile Luigina Miccio

### Redazione:

Charlie Del Buono, Romina Faralli

### In questo numero:

Nunzio Dell'Annunziata, Franco Fantozzi, Fausto Gaeta,  
Massimiliano Barulli, Roberto Pagnotta, Davide Pula,  
Marinella Aquaro, Matteo Sordi, Pino Ficili, Mattia Pucci,  
Martina Pucci, Maurizio Tommasini, Giulio Marchettoni,  
Davide Morresi, Romina Faralli, Politi Roberto, Riccardo Meacci.

### Impaginazione:

Charlie Del Buono, Strike

### Hanno collaborato:

Marco Mugnai, Stefania Bruni, Marta Sordi,  
Gianluca Cirotti

**Foto:** Andrea Capponi, Massimiliano Cittadini,  
Charlie Del Buono, Antonietta Mazzeo, Mattia Pucci

**Copertina:** Riccardo Morroi

Stampato in proprio

Per contattare la Redazione:

redazione@atipico-online.it

piazza della Stazione 1 - 06061 Castiglione del Lago (PG)

sito internet: [www.atipico-online.it](http://www.atipico-online.it)

facebook: [www.facebook.com/atipicocastiglionedellago](http://www.facebook.com/atipicocastiglionedellago) - instagram: [www.instagram.com/atipicoonline](http://www.instagram.com/atipicoonline)

# Overture

Charlie del Buono

Bentrovati amici,

in questo numero di fine estate si parla di cibo, pertanto, immaginate di essere in un fantomatico Supermarket degli argomenti, prendere il vostro carrello Atipico e cominciate a scrutare e frugare negli scaffali alla ricerca di gustosi spunti di riflessione.

Sapete meglio di me di vivere in un paese in cui parlare di cibo è molto di più che conversare su un argomento; probabilmente appartenete anche voi ad una famiglia nella quale il dover decidere se sia più buono il sugo di nonna o quello di mamma vi porterà in dote musi lunghi e piccole rappresaglie e, pertanto, capiamo la vostra riluttanza nel riempire il carrello di cui sopra degli argomenti più sfiziosi; mettetevi quindi comodi e lasciate che il carrello lo riempia per voi la banda atipica la quale, per l'occasione, si è fatta aiutare da un paio di graditi ospiti.

Nel vostro carrello immaginario, sfogliando pagine reali, troverete quindi riflessioni sullo strabiliante successo dei cooking show, proposti da cuochi superstar, che hanno trasformato un'audience televisiva in uno stormo di esperti giudicanti impazienti di far conoscere al mondo i loro insindacabili pareri su ristoranti e trattorie; fatevi un viaggio a costo zero fra le ansie e le paure collettive che il cibo può scatenare; immergetevi nei derby fra slow food vs fast food, cibi ritenuti dannosi per l'organismo vs i supercibi che fanno bene sempre, comunque e a prescindere da tutto; o il grande classico, con declinazioni di genere, fra il cucinare (quasi sempre da parte di chef maschi) vs il far da mangiare (spesso associato alle massaie). Per i più discoli abbiamo anche un vademecum sul comportamento da seguire quando ci sia aggira nel reparto orto-frutta del supermarket.

Il carrello degli argomenti comincia a strabordare. C'è forse spazio per una riflessione su come possa essere oggettivamente mutilato un ragionamento sul cibo sano se non è associato ad uno stile di vita consono e su come oggi, nell'era dei social, sia sempre più difficile far passare il concetto che non sempre snello/magro è sinonimo di salutare.

Nell'augurarvi una gustosa lettura, a nome della redazione tutta voglio ringraziare, per aver condiviso le loro opinioni in queste pagine, il professor Alberto Grandi, docente di Storia delle imprese e Storia dell'Integrazione europea, nonché storico dell'alimentazione e coautore dell'interessantissimo podcast **DOI: Denominazione di Origine Inventata** (tratto dal suo libro omonimo, ed. Mondadori, 2020) e il dottor Maurizio Tommasini biologo-nutrizionista autore del libro **La Chetodieta** (ed. Sperling & Kupfer, 2020) e di altre pubblicazioni inerenti al binomio alimentazione e stile di vita.

Buona tavola, buona vita, buona lettura.

# La grande truffa dell'alimentazione

Maurizio Tommasini

Basta dare un'occhiata distratta ad un giornale, alla TV o al social preferito -soprattutto al social - per trovarsi assediati da una massa impressionante di articoli e servizi su alimenti avvelenati, bevande che causano l'obesità, tossine nel cibo, zuccheri mortali, alimenti che ingrassano soltanto a guardarli e altre terrificanti "verità" su cibi e alimentazione. È una deriva pericolosa, il trionfo di un modo sbagliato e francamente dannoso di fare informazione che scarica la responsabilità di problemi importanti all'esterno, generando comportamenti contraddittori e poco salutari.

A dar retta a quanto si sente in giro ci sono cibi letali sul mercato, frutto di terribili pratiche "non" naturali, il cui consumo è rischio terribile per la salute. A credere a quanto si legge ci sono bevande e alimenti ben precisi che ti fanno ingrassare soltanto a guardarli, obesogeni, come direbbero quelli che hanno studiato un poco di più. A giudicare da certi video, da certe immagini, produzione e commercializzazione degli alimenti sono condotte alla stregua di un racket malavitoso che nemmeno nei peggiori bar di Caracas.

L'altra faccia della medaglia è l'acritica esaltazione dei supercibi, degli alimenti buoni che non possono fare che bene, del prodotto tradizionale, fatto con le manine sane del produttore e quindi sano a prescindere, del grano antico che ha il glutine tanto buonino o addirittura, a sentire qualcuno, non ce lo ha per niente. O magari la fede cieca in rimedi, estratti, preparati che possono sanare ogni male, zenzero che cura il cancro, cannella che ti risolve il diabete e un po' di acqua e limone al mattino, che cura tutto.

Un atteggiamento dissociato verso l'alimentazione, una semplificazione brutale che da un lato tende a mettere i cattivi e dall'altro i buoni. Con i cattivi che ovviamente vanno eliminati, non solo dalla propria tavola ma da quella di chiunque altro, mentre i buoni, si sa, fanno bene e possono essere consumati in assoluta libertà, anzi più se ne consuma meglio si sta.

Effetto collaterale è il fiorire delle tribù del cibo; chi mangia paleo perché legumi e cereali sono veleno; chi è vegano perché la carne fa venire il cancro; chi dissocia (ancora!) proteine e zuccheri perché altrimenti fermenta il tutto; chi è crudista per beneficiare dell'energia cosmica e vitale di ogni fogliolina ingerita; chi sta attento a non mescolare il pH dei frutti che sennò esplose tutto. Sedersi a tavola, invitare persone a cena, sta diventando l'equivalente di una passeggiata in un campo minato, uno snervante slalom tra le diverse, rigide e precise esigenze di ciascuno, con il rischio che ad ogni istante scoppino drammatici diverbi su quel che è giusto o meno mangiare, in una spirale di recriminazioni ed epiteti, con annesse citazioni fuori contesto da studi scientifici mal interpretati, recupero di esoteriche tesi di scienziati "indipendenti" - di solito tedeschi e morti - o citazioni dai sacri libri della saggezza d'oriente.

Di certo, almeno nel mondo occidentale, siamo di fronte ad un mutamento epocale: viviamo nell'abbondanza, un fatto assolutamente inedito nella storia evolutiva della nostra specie. E i nostri corpi quest'abbondanza hanno difficoltà a gestirla, visto che la nostra fisiologia è frutto di un necessario adattamento alla costante penuria di cibo. Ne è plastica evidenza il drammatico incremento di sovrappeso e obesità, di casi di diabete ed altre patologie associate ad un errato stile di vita.

La risposta riflessa a questi problemi è quella di cercare il colpevole: l'alimento che provoca il diabete, quello responsabile del cancro, quello che fa ingrassare e così via in un'infinita catena di cause ed effetti che tuttavia non trovano solidi riscontri nei dati scientifici. Una reazione comprensibile, da inquadrare in un paradigma che si è mostrato efficace nel debellare le malattie infettive, terribile nemico dell'umanità, causate da singoli agenti, e curabili con protocolli mirati. Paradigma che purtroppo non è altrettanto efficace di fronte a patologie multifattoriali in cui genetica, ambiente e comportamento hanno ciascuno un proprio ruolo, non sempre così semplice da definire.

La risposta riflessa non è però quella giusta. Può essere utile a chi intende vendervi qualcosa, a chi vede il mondo in bianco e nero, a chi riduce ogni complessità ad una semplice scelta binaria, non di certo a chi voglia vivere con un approccio equilibrato all'alimentazione e alla vita in generale.

Trionfa l'alimentazione "senza", trionfa il fai da te, non per il piacere di fare, ma per la paranoica convinzione che tutto il cibo che c'è là fuori non può che essere pericoloso, "avvelenato" da prodotti "chimici", trionfano scelte estreme e radicali, trionfa la cieca fede in alimenti in grado di salvare chi li consuma da ogni male; supercibi, spezie, estratti, magari da consumare sotto forma di integratori, pratici e convenienti per la donna e l'uomo moderni, sempre in movimento, sempre presi a fare qualcosa d'altro.

E se il cibo è buono, se è sano, se è senza, allora ne potete consumare quanto volete, che può farvi soltanto bene. E naturalmente produzione e commercializzazione saranno altrettanto sane, salutari, buone per l'uomo e l'ambiente. Mentre quello cattivo ovviamente va evitato, rimosso da ogni tavola, bandito dal regno, con le buone o con le cattive. Se non bastano i dati — e i dati non bastano mai, visto che nessuno fa ricerca con criteri così ingenui — allora si inventano, si distorcono, si creano battaglie, si dà il via a campagne che legano quel cibo a irreversibili danni ambientali, in una spirale di crescente terrore.

Il rischio più grande di questo atteggiamento alla fine è questo: che io possa convincermi che mangiare il cibo "buono" non possa farmi che bene, indipendentemente dalla quantità e dallo stile di vita. Se i biscotti non contengono olio di palma allora ne posso mangiare in quantità, se le merendine sono fatte solo con grano antico allora i miei bambini possono mangiarne senza problemi, anche se ultimamente li vedo un poco appesantiti. Se bevo vino biodinamico sto tranquillo, che non c'è il glifosato, dimenticando l'impatto dell'alcol sulla nostra salute. Se evito la carne allora sono al sicuro da ogni problema, se mangio paleo, visto che non ci sono glutine e lectine, posso farmi tutto il bacon che voglio — chiunque abbia un poco di domestichezza con la storia evolutiva umana sa che il bacon è stato l'alimento tipico dei nostri progenitori — in una spirale pernicioso di comportamenti autoassolutori per gli eccessi compiuti con quegli alimenti che abbiamo deciso siano buoni a prescindere.

E nello stesso tempo si nutre un atteggiamento paranoide contro i cibi "cattivi", si alimentano sensi di colpa per consumi anche occasionali, si covano paure e timori che magari portano poi, per reazione, a scelte ancora più estreme, digiuni riparatori e miracolosi, espiazioni, consumo coatto di integratori e supplementi miracolosi in grado di rimediare al supposto danno causato.

Mangiare è una delle attività basilari dell'essere umano. C'è una differenza importante tra il nutrirsi ed il mangiare. Nutrire significa fornire le sostanze necessarie alla sopravvivenza, mangiare contempla anche la sfera sociale ed affettiva connessa all'assunzione dei nutrienti. Il mangiare da attività necessaria ma piacevole e gratificante non può trasformarsi in un momento di stress che va ad aggiungersi alle mille pressioni che ogni giorno subiamo.

La filosofia alla base di un'alimentazione sana è l'attenzione alla quantità e alla varietà dei cibi consumati. Ogni alimento si porta dietro i suoi aspetti positivi e negativi. Non esistono cibi tutti buoni o cibi tutti cattivi. Se la mia dieta comprende verdure e frutta, cereali integrali, legumi e semi, latte e latticini, pesce e carne ruotati costantemente e consumati in quantità adeguate alle mie esigenze, allora avrò già fatto molto di quanto possibile per ridurre problemi e futuri rischi. Anche il miglior olio extravergine, ricco di antiossidanti e polifenoli, quando ne consumi in quantità esagerata ogni giorno finirà per creare problemi. La qualità, tanto vantata da alcuni produttori, conta poco se il consumo è esagerato, se la quantità è costantemente eccessiva.

Curiamo in primo luogo questo: quantità e varietà. Quando avremo sistemato questi aspetti allora potremo e dovremo preoccuparci anche delle proprietà di ogni singolo alimento che consumiamo, della qualità, dell'origine e di altri dettagli che non sono di certo determinanti quando non c'è misura.

Questo articolo non vuole incitarvi a correre verso il fast food più vicino o intraprendere una dieta a base di bistecche di bufalo allevato a erbe della prateria. Intende soltanto farvi riflettere sul fatto che il tema dell'alimentazione è tema complesso e che prima di andare a cercare improbabili colpevoli di ogni male sotto il sole è bene cercare di sistemare le basi del proprio stile di vita, iniziando dagli elementi più importanti per poi progredire verso quelli più specifici: come dire, cominciamo a costruire la casa dalle fondamenta e non dal tetto, e probabilmente avremo risultati migliori, con minor stress e fatica.



Battaglia Terme (PD) - Foto di Andrea Capponi

# A tavola con la paura

Intervista ad Alberto Grandi, autore del libro "Storia delle nostre paure alimentari"

Matteo Sordi

Tra i vari libri sotto l'ombrellone, questa estate ha trovato un posto di rilievo il saggio di Alberto Grandi "Storie delle nostre paure alimentari". L'opera è una breve storia dell'alimentazione che, attraverso aneddoti e piccole curiosità, indaga su come le paure alimentari abbiano condizionato l'economia e la società, con particolare attenzione all'occidente. La storia del cibo è intimamente legata all'agricoltura ed allo sviluppo della società umana, basti pensare alla cosiddetta "Via della seta" che, funzionando come una specie di autostrada "ante litteram", per interi secoli ha trasportato piante e semi da oriente ad occidente, modificando le abitudini alimentari dei popoli che incrociava e segnandone profondamente l'economia e i costumi. Alberto Grandi offre un punto di vista diverso, ricordandoci di come spesso il cibo ha evocato, ed evoca tutt'ora, paure ed ansie collettive che non possono non influire e segnare in qualche modo lo sviluppo della società. Potremmo definire questo punto di vista molto atipico, quindi non potevamo non parlarne con il diretto interessato e lo abbiamo fatto per telefono in un caldo mattino di agosto...

14/08/2023, 12:00 circa

**Alberto Buongiorno come stai? Sei pronto?**

Sì, si possiamo cominciare

**Allora via con la prima domanda. Oggi tutti parlano di cibo solo per parlarne bene. La TV in continuazione propone format di cucina, ogni trasmissione che ha anche un minimo riferimento al turismo, al territorio o all'agricoltura non può non avere il suo spazio per la tavolata di cibarie. Insomma viviamo in un momento in cui il cibo non è soltanto amato, direi che è proprio venerato ed ammirato come una Star. Come mai hai ritenuto opportuno uscire in questo momento con un libro sul cibo dal titolo così (passami il termine) sinistro, che mette insieme paure ed alimentazione?**

La scelta del tempo di uscita non è stata mia, si tratta di un libro al quale lavoravo da tempo, il fatto che sia andato in uscita proprio adesso è frutto perlopiù del caso. Detto questo, direi che la mia idea è proprio quella di buttar giù dal trono il cibo. Il cibo non è una star, si tratta di una cosa necessaria, che serve e che dà piacere. Ma si tratta anche di una cosa che può essere manipolata, in senso politico, in senso religioso ed in senso identitario.

**Il cibo, dici nel tuo libro, è un elemento atavicamente molto vicino alla religiosità. La religione, anche in occidente, si è molto occupata di cibo, almeno fino a quando ha potuto, ovvero fino alla rivoluzione scientifica. Spesso quindi sacerdoti e uomini di Dio dispensavano prescrizioni su cosa fosse giusto mangiare, quando ed in che modo, dando anche indicazioni su quali fossero i cibi buoni e quelli cattivi ed i rispettivi effetti sull'organismo umano. Ti pare possa esserci un qualche legame e/o affinità tra quei sacerdoti e i moderni Chef stellati che frequentano TV e social media?**

Sinceramente questa è una cosa che non ho mai considerato. Senza dubbio c'è una dimensione liturgica, sia nella parte degli chef stellati che nel rapporto con il cibo. Però credo che gli approcci siano diversi, da una parte c'è la dimensione spettacolare e dall'altra quella moralizzante. Comunque è anche vero che il cibo in televisione assume una dimensione religiosa ed identitaria, e non solo in televisione direi. C'è una sorta di aurea, in virtù della quale chiunque in televisione parla di cibo è automaticamente riconosciuto come un cuoco, anche se notoriamente non lo è. In questo senso, anche se non vogliamo chiamarla religiosità, c'è una certa "componente irrazionale".

**Nel Medioevo quando dentro alle mura urbane scoppiava un'epidemia, il più delle volte la colpa era del cibo. In questi casi l'autorità, oltre che massacrare i presunti colpevoli, che spesso erano innocenti minoranze, reagiva "rassicurando" con ingenti moli di nuove leggi, divieti e decreti spesso anche incoerenti. Trovi un'analogia con certe iniziative che cercano di rassicurare i consumatori con etichette sempre più dettagliate, certificazioni e disciplinari sempre più stringenti?**

Assolutamente sì! mi verrebbe anche da dire, come diceva Machiavelli, "La politica non è fare ma è far credere". C'è assolutamente analogia tra i decreti medioevali, che spuntavano ogni volta che scoppiava un'epidemia, e questa sovrabbondanza di informazioni, che spesso non servono e nemmeno ci rassicurano ma anzi, come le leggi del medioevo, non fanno che alimentare le nostre ansie. Spesso mi arrabbio quando trovo scritto in etichetta "No questo" "No quello", cosa mi interessa di capire quello che non c'è, mi basta sapere cosa c'è dentro. Si tratta di tutti elementi che da un lato generano ansia, mentre dall'altro dovrebbero rassicurarti e dirti che c'è qualcuno che sta pensando a te ed alla tua salute.

**Ecco appunto, la salute e la paura di ingerire qualcosa che possa in qualche modo comprometterla. In altre parole la paura di ingerire cibi che fanno male, nel tuo libro tu individui questa e la paura che non ci sia cibo tra le due paure alimentari ataviche e principali. Quali di queste due è secondo te la peggiore e perché?**

Alla fine del libro arrivo a dire che la peggiore è la paura del cibo che fa male, questa in alcuni casi della storia è stata talmente forte che ha superato la paura di rimanere senza. Gli uomini, in alcuni periodi storici, hanno preferito morire di fame piuttosto che mangiare qualcosa che ritenevano pericoloso.

**Parlando sempre di cosa si ha paura di mangiare e cosa invece no: tu citi Giovanni Domenico Sala, medico padovano e di fatto uno dei primi nutrizionisti della storia, che nel 1628 accostava il consumo di pomodoro a quello di ragni, grilli e locuste, tutte "strane e orribili cose" di cui "alcuni popoli erano soliti nutrirsi". Oggi, che mangiamo tranquillamente pomodoro, anzi proprio nel nostro paese lo vediamo come un componente "storico" della nostra dieta (quando in realtà sono appena poco meno di quattro secoli che lo utilizziamo), mentre di contro il possibile consumo alimentare di insetti è visto con molto sospetto da alcuni, che riflessione ci proporresti sulle parole di Sala?**

Io continuo a dire, sulla questione degli insetti, che non è che non li mangiamo perché ci fanno schifo, ma che ci fanno schifo perché non li mangiamo. Nel senso che di solito è il rapporto alimentare che toglie il timore: il pomodoro, nel momento in cui lo abbiamo mangiato non lo abbiamo visto più come una stranezza botanica, ma come una verdura gustosa e di soddisfazione. Secondo me con gli insetti potrebbe succedere lo stesso, il fatto che nel '600 venissero accostati al pomodoro dimostra che il meccanismo mentale è il medesimo. Poi c'è sempre la questione del "chi mangia cosa", il fatto che lo mangiassero (il pomodoro) i selvaggi era un fattore negativo, non era certo un fattore che ne favoriva il consumo.

**Una cosa della quale tu parli, che mi ha colpito perché non ci avevo mai pensato, è la cottura del cibo come momento di socialità. Sempre ho pensato alla scoperta del fuoco, ed alla conseguente cottura del cibo, come un fatto tecnico ed un'evoluzione tecnologica e igienica, tralasciando l'impatto sociale e culturale che ha avuto...**

Ovviamente non è un'idea mia, ne hanno parlato diversi antropologi prima di me. Il mangiare insieme ed il cuocere insieme, sono stati tra i fattori più importanti nello sviluppo della socialità e della civiltà umana. La cottura aveva questa dimensione. Questo peraltro spiega anche perché i Romani, quando volevano denigrare qualcuno (altri popoli) dicevano che mangiava carne cruda. Mangiare cibi crudi era segno di inciviltà. Questo per noi non vale più, noi consideriamo la tartare una raffinatezza, come anche il pesce crudo e il sushi che mangiamo con grande soddisfazione.

**Continuando su questo filone, come già ci hai detto, i Romani in un certo senso distinguevano il livello di "rozzià" dei Non-Romani, anche dalle modalità di cottura del cibo. Successivamente la cucina dei ricchi si è sempre distinta, in complessità, da quella dei poveri. Tutto questo ha generato una sorta di stratificazione sociale, che ha come parametro il tipo di cucina, che dura fino ad oggi. Questo è normale, perché in base alle disponibilità economiche ci si può permettere un cibo più costoso piuttosto che uno più economico. Tuttavia oggi succede che una bistecca, che in Val di Chiana può costare 100,00 €, venga acquistata da dei ricchi a oltre 1.000,00 € a Dubai, senza alcuna giustificazione economica per tale enorme aumento di costo. Tu cosa ne pensi di questa evidente esasperazione?**

Mi viene da dire che questo dà ancora di più un'idea della dimensione simbolica che ha il cibo, alla fine quello che mangi è molto meno rilevante rispetto al significato che quel piatto ha. Mangiare una bistecca in Val di Chiana a 100,00€ non è come mangiare la stessa bistecca a Dubai a 1.000,00 €, perché non è il piatto a fare la differenza ma è tutto il resto che gli dona un significato diverso.

**Nel tuo libro c'è molto spazio per aneddoti relativi alle abitudini alimentari "di una volta", certi racconti vanno un poco contro il mito che vuole che il cibo fatto come lo facevano i nostri nonni era meglio?**

Questa è un'altra delle mie battaglie: i nostri nonni non mangiavano meglio, i nostri nonni mangiavano peggio e in maniera monotona. Noi abbiamo molti più ingredienti, molti più piatti, molta più abbondanza e, mi verrebbe da dire, anche molta più sicurezza. Se tu mi dici che fai un cosa (un alimento) come la facevano 1.000 anni fa, per me è un motivo a non comperarla, dovresti dirmi che tu da 1.000 anni la fai e da 1.000 anni cerchi di essere all'avanguardia nell'innovazione, nella ricerca e nella sicurezza.

**Probabilmente è un po' il solito meccanismo che ci fa dire che il passato era meglio, semplicemente perché il passato in genere rappresenta la propria gioventù...**

Ma infatti, di solito faccio sempre l'esempio che io ricordo con nostalgia il militare, ma questo perché all'epoca avevo vent'anni è ovvio.

Nota biografica:

Alberto Grandi (Mantova, 1967) è professore associato all'Università di Parma, dove insegna Storia delle imprese e Storia dell'Integrazione europea. Inoltre è già stato docente di Storia economica e Storia dell'alimentazione. Autore di circa cinquanta saggi e monografie, pubblicate in Italia ed all'estero.

<sup>1</sup>Per chi volesse approfondire questo tema specifico, il saggio di riferimento è "Fruit from the Sands – The Silk Road Origins of the Foods We Eat" di Robert N. Spengler III

**La redazione ringrazia Monica Fanicchi di "Libri Parlanti - Book & Coffee" per aver reso possibile questa intervista.**

# Elogio al corpo snello

Martina Pucci

Colazione, brunch, pranzo, merenda, apericena, cena, spuntino di mezzanotte, stoppino post-serata... battesimi, compleanni, comunioni, cresime, matrimoni, anniversari, sagre, feste, funerali... Alla lista dei momenti conviviali tradizionali continuano ad aggiungersi sempre più momenti e occasioni per mangiare; il cibo, da sempre, è un momento speciale, di ritrovo e di relax... giusto?

No. Purtroppo, per alcuni, non è così.

I disturbi dell'alimentazione e della nutrizione sono aumentati a dismisura rispetto a soli trent'anni fa. L'età media d'esordio di tali patologie? Solitamente dai 15 ai 20 anni per l'anoressia e la tarda adolescenza per la bulimia e il disturbo da binge-eating (il contrario dell'anoressia, ovvero il mangiare eccessivamente e senza controllo per sedare le emozioni negative); ma secondo la Società Italiana di Pediatria (studi del 2017) c'è stato un abbassamento dell'età d'insorgenza dei primi segnali di DCA (disturbi del comportamento alimentare) fino a osservarli in bambini e bambine di 8 anni!

È assai complesso dare una spiegazione esaustiva e univoca a questa problematica; la ricerca ha permesso di individuare ipotesi genetiche, neurobiologiche e comportamentali. Quasi certamente ha influito molto l'esposizione "social" di sé, che richiede implicitamente il confronto con modelli irrealistici e irraggiungibili per la maggior parte dei ragazzi e soprattutto ragazze.

Ad avvalorare quanto siano pericolose le culture dove predomina il culto sociale e malato della "magrezza" è un importante studio condotto (dal 1995 al 2004) dall'antropologa e psichiatra Anne Becker sulle giovani donne delle isole Fiji. In questo minuscolo arcipelago dell'Oceano Pacifico la televisione non fu a disposizione degli abitanti fino al 1995 e, fino a quella data, non si erano mai registrati casi di DCA. Le donne mostravano con fierezza le loro forme, segno di benessere, di femminilità e di fecondità; una mentalità archetipa e totalmente naturale, come dimostrano anche i vecchi idoli neolitici che si possono ritrovare in quasi tutte le parti e storie del mondo.

La ricercatrice ha potuto constatare che, nell'arco di circa vent'anni, dopo l'introduzione della scatola parlante, almeno il 40% delle donne si erano provocate il vomito almeno una volta per contrastare l'aumento di peso, e che più dell'80% di loro aveva modificato l'opinione sul proprio corpo, proprio in virtù dei modelli proposti nelle trasmissioni televisive e nelle pubblicità. Esiste quindi una correlazione tra i DCA e il contagio sociale perpetuato attraverso i mass media? Evidentemente purtroppo è proprio così.

Ed ecco che il cibo diventa nemico! Quando mangiando un fumante e caloroso piatto di pasta, magari davanti alla tv, osserviamo modelle filiformi; ed ecco che il momento del cibo non è più un momento rilassante, ma diventa un mostro da evitare perché non ti fa entrare in quel paio di pantaloni sponsorizzati dall'ennesima influencer magra. E poi cerchiamo le diete detox con digiuno intermittente che permettono di perdere 10 chili in due giorni; e poi passiamo le ore sopra al tapis roulant cercando di sudare tutto il grasso che ci sentiamo addosso; e poi ci immergiamo in fanghi, creme, oli che rimuovono quei buchi cellulitosi sulle gambe.

Questo perché, come molte studiosi hanno osservato, la cultura di massa patriarcale insegna alle donne a essere prima di tutto desiderabili, ovvero "essere soprattutto un corpo".

Perché il corpo è tutto, è l'unica cosa che conta...

*"Per gli standard di bellezza odierni  
anche Marilyn Monroe sarebbe una petroliera"*

Dave Barry



# Tengo fame...

Pino Ficili

Quanto è vario il mondo del cibo e quanto ci sta a cuore; ripensando alla strada che il genere umano ha fatto dall'invenzione del fuoco in poi, avere fame o essere sazi misura diverse variabili della nostra esistenza, non ultima la distanza che ci separa dal fantasma della guerra.

Se dalle generazioni passate abbiamo ricevuto esasperanti consigli proteici come fossimo ancora nei rifugi antiaereo, a quelle attuali lasciamo un mix di stupidaggini dal packaging baluginante e app del calcolo calorico in grado di fornirti la tua immagine proiettata nel futuro.

Un incrocio osceno tra slow e fast food, in cui chi vende l'uno tifa per l'altro e viceversa, in un groviglio pazzesco di ipocrisia e eccitazione.

Ne parlo a ragion veduta, perché posseggo le "phisque du role", ma anche perché conosco bene diverse zone d'Italia che negli ultimi anni hanno visto le loro fortune evolversi in ragione di come i prodotti locali siano stati imposti all'attenzione del pubblico.

E se è il mezzo che fa il messaggio, diventa chiaro come in Italia il turismo enogastronomico ed i coking show televisivi siano il nuovo pretesto per raggiungere il proprio personale nirvana e per allestire al meglio quello promesso agli altri.

Tracannare, ingurgitare, spezzettare e scofanare, lambire, sfilettare, friggere o bollire, imburrare e mantecare, oliare e spadellare, rosicchiare e picchiare, salsare e lessare, tutti sembrano impazzire e parlare solo di questo. Per fortuna, mangiamo. Chi più o chi meno, e con enorme soddisfazione più e più volte al giorno, e soprattutto (cosa che non sfugge agli stranieri che ci guardano meravigliati) discorriamo di mangiare e bere soprattutto a tavola, con la bocca piena delle cose che stiamo ingurgitando, perché nostro argomento principe di discussione, ma anche perché momento migliore per organizzare il menù della sera dopo, o del prossimo capodanno.

La panza è la vera "dipendenza" del nostro cervello, l'unica parte del corpo in grado di agire con ponderatezza: padrona e protettrice indiscussa.

Non siamo kitsch come taluni statunitensi, e nemmeno poco attenti alla qualità come taluni orientali. Da italiani siamo in grado di rendere tutto esteticamente più presentabile e ammantarci di quella perenne ipocrita simpatia, ma guai ad arretrare di un millimetro sulle posizioni conquistate: lì si diventa cattivi, e dove c'è cattiveria e fermezza, lì arriva la politica, la nostra, tipica, buona e di sostanza come un lardo di colonnata igp.

Lo specchio ustorio di quella attuale (la politica, intendo...) mi sembra abbia già fornito lampi di genio buoni a bruciare tappe e portafogli: dal taglio dei tramezzini a due euro, ai cappuccini diamantati corretti, passando per la vergognosa operazione che ha portato la sfogliatella a Napoli a tre euro (vergogna...!) sia i conti che gli osti si stanno dando da fare nell'ultimo periodo, per dare lustro al nuovo sovranismo alimentare.

E quindi per continuare sulla strada già segnata, gli illuminati italiani, dimenticata come un cane in autostrada la desertica Costa Smeralda, già promettono futuri lungimiranti e danarosi per chi riuscirà a vendere sotto bordo agli yacht caciotte e salsicce secche salentine o cilentane.

E allora per il prossimo Giubileo a Roma perché non dotare i pellegrini di braccialetti prepagati con 100 euro di crediti da spendere indifferentemente tra lupe che allattano, madonnine preganti e amatriciane sante in tetrapak riciclabile, così tanto per favorire le indulgenze gastriche.

Gli italiani sono bravissimi in questo, sanno ghermire come gatti gli avventori danarosi per grattare la polvere d'oro che altrimenti si disperderebbe in rivoli distratti.

Ti insegnano a stringere nelle mani le mozzarelle di bufala colanti, come distinguere il verde nel verde degli asparagi nell'erba, oppure come sferrare un mozzico in testa ad un polipo vivo. Ti rendono partecipe, poi ti vendono l'olio di tarufo sintetico e sanno che tu tornerai a casa contento.

Il futuro? Sempre che non ci siano disastrosi sconquassi ecologici, glaciazioni o robe similari, è probabile che la guerra santa mangereccia continuerà scannandoci per qualche materia prima stramba (vedasi insetti di ultima generazione), ci si difenderà dalle nuove minestre orientaleggianti e sciacquettate, e alla fine qualcuno tirerà fuori le carrube come fasci-stissimo sostituivo del pane.

Io la mia guerra santa la combatterò di sicuro: sono come un giapponese nell'isola e voglio mangiare seduto a tavola, bevendo vino, senza posate e stoviglie in plastica; si può discutere sulla posologia: sono d'accordo, mi sembra onesto, in futuro vogliamo sfamarci solo una volta ogni due giorni? Mi può anche stare bene, ma voglio continuare a parlare però, di mangiare e bere e di cosa si mangerà la volta dopo e soprattutto, niente tarufo sintetico...

# Zitto e mangia!

Roberto Pagnotta

Sketch di un comico finlandese di nome d'arte ISMO (sì, anche i nordici hanno un senso dell'umorismo a quanto pare):

«Quando ero un bambino mia madre mi diceva sempre che dovevo mangiare tutto quello che c'era nel piatto perché c'è gente che muore di fame in Africa! E io ho sempre mangiato... tutto! Poi quando sono diventato più grande ho cominciato a chiedermi... ma... come ho aiutato esattamente l'Africa?»

Pausa imposta dai tempi comici; le prime timide e colpevoli risate germogliano e continua parlando con il suo fare imbarazzato toccandosi la pancia.

«Ora sono anche sovrappeso... Spero che siano felici in Africa...»

Altra pausa fra le risate fragorose e gli applausi.

«Già... ho fatto del mio meglio... e se un giorno dovessi andare in Africa gli mostrerò la mia pancia... e gli dirò... Visto? L'ho fatto per voi...»

Che dire... a volte penso che non ci sia niente di più geniale della satira, del black humor e del politicamente scorretto; quanto riescano a ribaltare e mettere a nudo con pochissime parole tutte le contraddizioni sociali che ci hanno cresciuto, che ci stanno intorno e che continuiamo a creare. Contraddizioni di cui non possiamo fare a meno per vivere la nostra quotidianità. Illusioni necessarie per non sprofondare nella consapevolezza del male che stiamo facendo al mondo naturale e a gran parte dell'umanità solo per avere la possibilità di mangiare un avocado a gennaio, tonnellate di zombie-salmone nei ristoranti sushi e miliardi di polli programmati per autodistruggersi per soddisfare le nostre richieste dietetiche.

Però non voglio scrivere di ciò. Ci sono migliaia di documentari di tutte le forme sull'insostenibilità, sulla disuguaglianza e sulla crudeltà alimentare; su quanto siano spregevoli i nostri famelici e voraci stili di vita. Né voglio mettermi su un piedistallo accusandovi e criticandovi. Siamo tutti schiavi e dipendenti da colpe e sistemi più grandi di noi e come disse Bill Hicks (un altro comico): «Io penso che ci sia uguaglianza nel genere umano... facciamo tutti schifo!»

Vi sentite offesi? Beh... come dice Ricky Gervais (comico britannico... forse uno dei migliori della storia): «Solo perché ti senti offeso, non vuol dire che tu abbia ragione».

Questo è il consumistico velo di Maya che nessuno di noi si vuole togliere di dosso perché troppo comodo! Schopenhauer ci ha detto che bisognerebbe strappare via questo velo per conoscere veramente il mondo ed essere redenti dal dolore e dalla noia. Dolore e noia che per il filosofo possono essere superati attraverso tre vie di redenzione: arte, pietà e *noluntas* (il non volere). Ma a dirla tutta neanche lui riesce a privarsi dei suoi vizi... perciò perché mi devo sentire uno stronzo io se mi mangio un big mac ogni tanto?

Comunque la satira per me è una delle arti che riesce meglio a squarciare tale velo e lo fa con una grossa risata dionisiaca in cui alienazione ed empatia paradossalmente convivono.

Del resto tutto ciò che viene chiamato "arte" dovrebbe svolgere questo ruolo di consapevolizzazione; un cammino totalmente personale e soggettivo che va fatto necessariamente per capire anche se possiamo diventare qualcosa di meglio e non sprofondare nell'oblio dell'individualismo superficiale, del narcisismo sfrenato e dell'ignoranza più oscura: i mali assoluti della nostra epoca.

E così forse ci si può aprire almeno alla pietà di Schopenhauer... all'amore incondizionato e gratuito che possiamo donare agli altri e al resto del mondo senza chiedere niente in cambio. Così forse possiamo anche sconfiggere quell'insaziabile e ormai insostenibile voracità di volere sempre, di volere tutto, di volere subito.

Per me la satira è questo, un modo per conoscere meglio noi stessi, la nostra umanità, i nostri pregi e le nostre colpe... e cosa penso che sia la nostra società? Una vecchia barzelletta di Pierino... che però non fa ridere.

«Papà, papà, ma perché sono grasso e stupido?»

«Zitto e mangia!»

# L'insostenibile leggerezza del cibo (al pub)

Ovvero, una scusa per parlare di pub, musica, aspettative e citrosodina.

Massimiliano Barulli

Parto subito con la serendipità (ossia, l'occasione di fare scoperte per puro caso e/o il trovare una cosa non cercata e imprevista mentre se ne stava cercando un'altra) delle salsicce pastellate e fritte prese in un pub di Manchester: ci sediamo, due birre medie per iniziare; vuoi non prendere qualcosa per accompagnare? con gli ingredienti andavo sul sicuro, peccato che non avessi capito il match. Il risultato per il palato era strano per quanto intrigante, il fegato era felice di non vivere a Manchester, Bayer un po' più contento per aver fatto bingo con la Citrosodina. A Berlino sono andato sul sicuro, da loro i suini credo tirino su le gambe ogni volta che vedono un tedesco nei paraggi, tipo le gru, per paura di finire come il cugino Chris P. Bacon (giuro, cercatelo, è il nome di un tenero maialino con la protesi alle gambe posteriori). Anche lì, il fegato ha ringraziato delle sue origini, sebbene umbre, sebbene circondate da carne in ogni dove.

Di pub, insomma, ne è pieno il mondo occidentale, ognuno con le sue peculiarità e ognuno con un algoritmo specifico che combina calorie, senso di sazietà, sete (di birra), gusto e stranezza perché se la leggerezza è insostenibile, l'unto ha la sua sostenibilità, ma è grazie a questo segreto algoritmo che non si può riuscire a scappare dal richiamo dei vari santi a cui dedicano pub (St. James's Pub e così via) e così si finisce a parlare di calcio e musica davanti una birra e un piatto di calorie travestite da cibo.

Quest'anno mi aspetta l'Irlanda: mentre scrivo stiamo finendo di pianificare il viaggio e non c'è villaggio o cittadina senza un pub, senza la musica folk irlandese, senza jam session, senza una pinta di birra pronta per essere spillata. La scelta dei pub è ardua, senz'altro tappa obbligata è il Temple Bar Pub di Dublino, così come l'O'Connell's a Galway o l'Oliver Plunkett a Cork. Le aspettative nei confronti dell'Irlanda si fanno alte, farsi un'idea tramite documentari, filmati sul web, racconti di amici e commenti sui social è traumatizzante perché non basterebbe neanche un mese per fare il giro, vedere tutto e capire lo spirito dei cugini irlandesi (pare che abbiano un debole per gli italiani e, data la passione per i pub e per la musica mi sembra doveroso considerarli come tali), ma un consiglio che mi ha colpito è stato "Impara Whiskey in a Jar, sui pub tutti la cantano e ti guardano male se neanche canticchi", ottimo.

*Mush-a ring dumb-a do dumb-a da  
Whack fall the daddy-o, whack fall the daddy-o  
There's whiskey in the jar*

Sempre meglio che imparare "The Rocky Road To Dublin" (usata come sottofondo per l'appagante scontro nel film Sherlock Holmes).

Certo, anche da noi i pub sono quella parte di cuore che collega il fegato ai ricordi, con le tribute band di Vasco Rossi o Ligabue a delineare i tratti folkloristici italiani, dove occorre conoscere almeno Albachiara e Certe Notti, sennò "ti guardano male se neanche canticchi", ma le aspettative di trovarmi davanti un banjo, un fiddle e un tin whistle (particolare tipo di flauto) mi fanno guardare il calendario più spesso di quanto non lo faccia solitamente. C'è una cosa, però, alla quale non sto dedicando troppo interesse: il cibo, solo perché spero che la serendipità non sia one shot e che me la sia giocata a Manchester; ma so per certo che sarà insostenibilmente leggero, con la citrosodina in valigia non mi preoccupano nemmeno i folletti.



Carsulac (TR) - Foto di Charlie Del Buono

# L'Atipico lo puoi trovare qui

---

## **castiglione del lago**

Biblioteca Comunale  
CSA L'Incontro  
La Darsena  
Circolo Arci  
Bar del Castello  
Il Caffè Latino  
Libreria Libri Parlanti  
Pizzeria Mina  
Snack Bar Centro Commerciale Agilla  
Cartolibreria Materazzi  
Dal Castiglione Vintage Bistrot  
Cinema Caporali  
Bar Agip  
Studi medici e dentistici  
909 Cafè  
Pizza & Sfizi  
BMP foto digital discount  
Marco Hair Passion  
Ambulatorio Veterinario "La Fenice"  
BarCollando  
Camera del lavoro  
Pizzeria Evergreen

Tabaccheria Vinerba  
Peperosa lounge bar  
DE.CA Computers  
Vecchia Scuola Birreria  
La Capannina  
Laguna Blu  
Autofficina Morganti  
Ristorante L'Acquario  
Palestra Better Club  
Bar ristoro Il Melograno  
Strike web & graphic lab  
Tabaccheria Ciaro & Flò  
Tassi Ufficio

## **macchie**

Michela Modacapelli  
Bar Pineta  
Mirò

## **panicarola**

Cartolibreria Snoopy

## **petrignano**

Leonardo e Vania parrucchieri

## **piana**

Alimentari Vignaroli Ezia

## **pozzuolo**

Bar Controvento

## **pucciarelli**

Bar Meloni

## **sanfatucchio**

Bar 80sete  
Bar De La Colonna

## **gioiella**

Bar Joy 2000

## **villastrada**

Bar Sport

## **nei comuni di**

Chianciano Terme  
Chiusi  
Città della Pieve  
Cortona  
Paciano  
Panicale

# Cheesecake o Sachertorte?

Romina Faralli

Seduta in un bar, di quelli di città ma caldo e accogliente, sembra quasi di stare in un quartiere vivace di Parigi. Mi godo in solitudine il mio tempo, o meglio il mio non tempo, non avere orari, appuntamenti, impegni. Solo io e il mondo che corre fuori. E mi faccio un regalo. Devo farmelo, me lo sono meritato questo riposo. Mi voglio premiare con una bella fetta di torta ed una cioccolata calda, fuori non è ancora troppo freddo, i viali sono illuminati dall'ambra delle foglie d'autunno e voglio che il gusto senta questi colori, le sfumature del caldo. Giallo, arancio, marrone. Una bella fetta di Sachertorte con un po' di crema inglese, elegante, calda quasi rovente alla bocca dello stomaco, leggermente piccante e morbida con la confettura di albicocche. La dolcezza calda e rassicurante. Oppure, una fetta di Cheesecake con uno sciroppo di frutti di bosco, burrosa, vellutata nei sapori con quel tocco di asprezza dei frutti di bosco che si lega alla nuvola di crema al formaggio. Mmm....

Non so sono combattuta. E poi ingrasso....ma sì, fanculo la dieta per un giorno. Sono a dieta da una vita, in maniera alternata, una volta quella a digiuno intermittente, quella drenante, quella proteinica, quella mediterranea, e ogni tanto uno sbavarsi di sapori intensi ci sta.

Ma poi perché so sempre a dieta?! Diciamocelo, sempre sempre no.

Il mio rapporto con il cibo è di odio/amore. Ma non di quello normale, salutare, no. Di quello passionale. Il cibo non riempie solo lo stomaco, deve riempirmi gli occhi. Chi mi porta spesso a cena sa benissimo che ordino cose strane e poi magari o non le finisco o rimango delusa. La mia curiosità è anche di mangiare con gli occhi, non solo con gusto. Il cibo, in quell'istante, in quel contesto, diventa un'esperienza, si imprime in un ricordo che quel gusto, quell'odore, farà tornare alla memoria fino a che tutto nella mia testa funzionerà. Ma per farla funzionare devo nutrirla, e devo farlo col cibo, quello sano, naturale, senza troppi additivi, conservanti, coloranti, roba chimica insomma che il nostro organismo non sempre accetta di buon grado. Ma c'è anche la linea, che naturalmente si basa sull'evitare di ingerire più calorie del nostro fabbisogno. E questo lo so, ma vuoi mettere il gusto di trasgredire? Fa bene all'anima, perché il cibo è anche negli occhi, appunto, e gli occhi sono lo specchio dell'anima, per cui tutto torna.

Il timore di ingrassare è atavico nelle donne, credo. Non ho mai conosciuto una donna che non abbia provato almeno una dieta di vita sua. Siamo circondate, tempestate da programmi di cucina e al tempo stesso spot con strafighe che si scofanano una torta al cioccolato a strati e rimangono strafighe. Poi scopri dai gossip che la dieta della fame è l'ultima moda nel jet set, e che fai? Non la provi? E non ti rendi conto, che anche se la fai non è che diventi alta un metro e ottanta con uno stacco di cosce di due pagine in verticale. Che poi a me che mi frega se ho un rotolino in più sui fianchi o se divento più burrosa. Chi è che mi costringe a vivere costantemente a dieta? di certo non mio marito, che mi ha conosciuta più rotondetta. La società, il mondo fuori che ci vuole sempre perfette. Mamme perfette, se i bimbi da grandi saranno serial killer la colpa è sempre della mamma. Mogli perfette, che fai non stiri le mutande? E mandi tuo marito e tuo figlio in giro coi vestiti stropicciati? Lavoratrici perfette, sempre col sorriso stampato in faccia e se un giorno ti girano le palle allora è colpa delle mestruazioni, sai gli ormoni, e poi si avvicina alla menopausa. La vita per noi donne è più difficile che per gli uomini e non si vuole capire sta cosa qua. In un universo parallelo saremmo divinizzate, per la nostra potenza creatrice. Qui siamo costantemente giudicate. E dagli di anticellulite, e dagli di antirughe, e vai a lavoro sennò non si arriva alla fine del mese e poi torni a casa e continui a lavorare ininterrottamente. Effettivamente non ci sarebbe nemmeno tutto sto tempo per mangiare, ma anche fosse poi...i sensi di colpa.

Quando incontri un uomo non noti mai le rughe, gli etti in più, i capelli bianchi. Una donna passa sempre sotto la lente del giudizio.

Ma sono stanca oggi, ho bisogno di sentirmi libera da questa gabbia che opprime la nostra figura. Ho bisogno di nutrire la mia anima coi colori, gli odori e il calore che mi mancano tanto.

E allora fanculo la società, i rotolini, non sono una mamma perfetta e se vi fa piacere pensare che io sia sempre sotto fase mestruale, fate voi. Oggi ho bisogno di sentirmi un attimo viva solo per me stessa.

"Sì grazie, una fetta di cheesecake ai frutti di bosco e una di sacher. Da bere un tè nero classico. Grazie mille."

# Il cibo

Nunzio Dell'Annunziata

Parlare del cibo è troppo difficile anche per chi, come me, se ne occupa da quarant'anni lavorando in cucina come chef. E' un argomento spinoso dalle infinite sfaccettature. Basti pensare al filosofico: "Siamo quello che mangiamo" di Feuerbach. E questa affermazione ci tornerà utile in seguito creando anche un immaginario trattato per analizzare, benché superficialmente, alcuni aspetti del cibo. L'evoluzione e la storia dell'umanità scaturisce dal nutrimento, dall'alimentazione. Basti pensare che dal momento in cui, l'uomo ha cominciato a "cucinare" la struttura del cranio si è modificata e così l'espressione del viso e di pari passo le relazioni sociali. In altre parole, il cibo cotto non necessitava di lunghe masticazioni e nemmeno di una mascella eccessivamente protesa. E quindi già da quel momento cominciamo ad essere, Più che mai, quel che mangiamo. Poi il verbo "vivere" decodificato significa: produrre e conservare il cibo per i periodi di carestia.

Una prova di questa affermazione? Al minimo evento di un limitatissimo periodo "difficile" gli scaffali dei supermercati vengono svuotati in preda ad una febbrile sindrome da accaparramento totale dei generi alimentari. Piccola digressione, negli scaffali resistevano, durante la pandemia covid, le penne lisce. Gli "incettatori" seriali di generi alimentari, nella loro stoltezza disdegnavano quel formato di pasta che in realtà, è quello più buono e tradizionale. Le righe sono sopravvenute quando la cattiva qualità della pasta richiedeva quei minuscoli solchi per trattenere il sugo. E niente, il cibo rimane la cosa più importante della vita, al pari dell'acqua e dell'aria. E in effetti da quando nasciamo per tutta la vita, cibarsi è l'occupazione che quotidianamente e più volte svolgiamo. E fino a qui rimaniamo in una sorta di arcaicità del cibo. Ma il cibo è anche un divertimento, è espressione culturale e identitaria, rappresentazione e testimonianza di un territorio. Qualche volta uno status symbol. Ma quest'ultima metafora del cibo scade sempre nel cattivo gusto e nella "burinata cafonal" come la bistecca ricoperta da lamine d'oro che non migliora sotto nessun aspetto ma costa una cifra stratosferica.

Ora ritornando sempre al solito leitmotiv: siamo quel che mangiamo, attualmente quale è il trend? Viviamo l'epoca della superficialità dove l'etica e l'estetica si muovono tra il vuoto e il nulla, di conseguenza nel piatto l'apparenza ha preso il posto della quantità, della qualità e della sostanza e quanto più queste tre componenti vengono tradite, tanto più lievitano i prezzi: vivande insipide e prezzi salati. Poi certo ci sono delle eccezionali professionalità che trasformano il cibo in arte e la convivialità in una esperienza sensoriale fuori dal comune. Ma io non mi riferisco a siffatte realtà, semplicemente condanno chi a tutti i costi scimmiotta i grandi talenti della culinaria. Un po' come se senza una dovuta presentazione il cibo non rappresentasse se stesso. Quindi sempre l'apparenza, l'esteriorità, la pompa, e qualche volta il fumo senza arrosto.

Un ultimo sguardo tra le innumerevoli sfaccettature del cibo. I piatti tradizionali. Quelli che secondo me non smettono di affascinare perché raccontano una storia antica dove sono sedimentati gli affetti, i ricordi, le identità, le emozioni di innumerevoli generazioni che ci hanno preceduto. E tutte le volte che appena ci sfiorano profumi, aromi, sapori, ritroviamo noi stessi in quel sacro rituale del nutrimento, della convivialità che nel corso dei secoli ha unito le famiglie di intere popolazioni, dagli accampamenti preistorici fino alle moderne tavole di confortevoli case, ma sempre celebrando come in una messa pagana, la sacralità del nutrimento.



Foto di Antonietta Mazzeo

# Balcani da gustare

Roberto Politi

L'alimentazione, lo sappiamo, sta alla base della sopravvivenza degli uomini. Tutti, per mantenersi in vita, devono necessariamente nutrirsi, ma è affascinante constatare come ogni cultura abbia reso questo bisogno primario qualcosa di speciale e unico, sviluppando un diverso rapporto con il cibo, tanto che, nel corso dei secoli, sono state create differenti ricette che identificano le migliaia di civiltà che hanno abitato o che abitano ancora oggi il nostro pianeta.

Il cibo, nel tempo, è diventato anche un mezzo di comunicazione fra le persone. Quando infatti non è possibile intendersi attraverso il linguaggio, basta un piatto preparato con cura per riuscire a capirsi e non è un caso che i primi appuntamenti siano spesso al ristorante, dove, grazie al buon cibo, talvolta quella che potrebbe essere un'uscita mediocre può diventare un momento da ricordare.

Quando si viaggia, poi, un metodo infallibile per conoscere usi e costumi del luogo che si sta visitando è quello di scovare le pietanze più apprezzate da quel Paese, così da riuscire ad immergersi completamente nella cultura locale.

Un procedimento prezioso, che ho spesso sfruttato girando il mondo e che mi riporta ad una delle vacanze che ricordo con maggior piacere, quella fatta nel 2017, quando ho avuto l'opportunità di compiere un viaggio in macchina assieme alla mia famiglia attraverso l'Europa dell'Est, durante il quale ho avuto la possibilità di visitare ben sei stati in tre settimane, ovvero la Slovenia, l'Ungheria, la Romania, la Bulgaria, la Serbia e la Croazia. Ricordo benissimo la lunga organizzazione di quella vacanza: bisognava pianificare l'itinerario giorno per giorno, prenotare tutti gli alberghi, capire quante ore di guida ci aspettavano tra le diverse tappe, assicurarsi di avere il tempo per visitare con calma ogni città e, infine, documentarsi riguardo ai diversi piatti tipici da provare in ogni singolo Paese. Proprio questa, lo confesso, è stata una delle attività più divertenti dell'intero viaggio. Spesso, durante i lunghi tragitti da una località all'altra, le mie figlie prendevano il telefono e iniziavano a navigare su Internet condividendo con me ed Elisa idee e proposte sulle deliziose pietanze che avremmo dovuto assaggiare e su quali locali avremmo dovuto assolutamente fermarci per mangiare.

Sono stati, anche per questo, venti giorni meravigliosi e non condividere con voi alcune esperienze gastronomiche sarebbe stato un delitto. Seguitemi...

La prima tappa del viaggio è stata la Slovenia. Avendo visitato più volte la capitale, Lubiana, quell'anno abbiamo deciso di cambiare e fermarci a Maribor, affascinante cittadina sul fiume Drava visitabile tranquillamente in un giorno a piedi. Appena arrivati, nel primo pomeriggio, siamo subito usciti per fare un giro della città, ma già verso le 19 la fame ha cominciato a bussare alla porta del nostro stomaco ed abbiamo così deciso di entrare in un locale del centro. Nessun dubbio, cinque ore in auto ci avevano dato modo di selezionare attentamente il ristorante e la nostra scelta era caduta sul noto Bascarsija, struttura semplice interamente in legno dove ci siamo avidamente tuffati nelle specialità locali, godendo dell'antipasto con tagliere di formaggi tipici, sottaceti e Prsut (il prosciutto stagionato tipico dell'area del Carso), accompagnato da grissini e dal tipico pane a base di farina integrale chiamato Kruh, proseguendo con delle zuppe di verdura della casa e due piatti di cevapcici accompagnati da cipolla bianca cruda tagliata finemente a cubetti, salsa rossa quasi agrodolce e una porzione di patatine fritte, e chiudendo con due fette di strudel che abbiamo condiviso. Famiglia Politi fierissima, pronta per la passeggiata digestiva.

Del secondo Stato che abbiamo visitato, ovvero l'Ungheria, non possiamo invece evitare di parlare della capitale, Budapest e in particolare di una delle esperienze culinarie più suggestive di quel soggiorno, ovvero la cena di pesce in riva al Danubio in occasione della seconda serata ungherese. Eravamo appena scesi da un fantastico giro in barca lungo il fiume ed avevamo un grande appetito e quindi, senza stavolta studiare troppo, abbiamo optato per fermarci quasi subito in uno di ristoranti sulla passeggiata principale che proponevano un menu di pesce. Era una di quelle sere in cui avevamo deciso di non badare a spese, per cui siamo entrati in un locale molto elegante, con i tavoli, rigorosamente apparecchiati con una tovaglia color avorio, disposti su un patio esterno che si affacciava direttamente sul fiume. Alla fine di un attento esame della carta, abbiamo optato per... farci consigliare dal cameriere e mai scelta fu più azzeccata. Purtroppo non ricordo il nome di quel posto meraviglioso, ma ricordo certamente i sapori e i profumi di quella cena, in particolare della portata principale, un piatto tipico della tradizione ungherese chiamato Halászlé. ovvero un gulasch di pesce che viene eseguito proprio come quello di carne,



solo che viene sostituita la proteina principale e rimane quel sugo intenso che avvolge il pesce impreziosito da un attento utilizzo della paprika. Famiglia Politi in brodo di giuggiole, altra passeggiata digestiva.

Indimenticabile è stata poi la settimana in Romania, dove i ricordi gastronomici sono due.

Il primo lo abbiamo vissuto a Timisoara, bellissima località vicina al confine con la Serbia nota soprattutto per gli edifici in stile barocco che è possibile ammirare dalla piazza centrale della città e che sembrano una fusione tra gli imponenti palazzi parigini che accompagnano i visitatori lungo la Senna e i colori vivaci e accesi delle case di Burano. Uno spettacolo affascinante, con l'unico neo di essere arrivati nella giornata probabilmente più calda e afosa dell'anno visto che alle 18.30 c'erano ancora 38 gradi e il 90% di umidità. Fortuna che ci siamo imbattuti in un venditore di limonate ambulante. Sarà stato il caldo, sarà stata la sete, ma quella resta, senza ombra di dubbio, la limonata più buona che abbia mai assaggiato. Niente a che vedere con le limonate sciape ed anonime a cui siamo abituati. Questa bevanda aveva la consistenza a metà tra una granita e un sorbetto italiano ed un sapore di limone intenso ma non troppo acre che alla fine ti lasciava un alito fresco grazie anche all'aggiunta di alcune provvidenziali foglie di menta fresca. Libidine assoluta.

Il secondo lo abbiamo vissuto a Bucarest. Dopo una giornata emozionante, trascorsa all'interno dell'imponente Palazzo del Parlamento, il secondo maggiore edificio amministrativo del mondo per superficie subito dopo il Pentagono a Washington, ci siamo diretti con assoluta fermezza verso una delle mete culinarie storiche del Paese, ovvero il leggendario Caru' cu bere. Non si tratta, in questo caso, di un ristorante come tutti gli altri, ma di una vera e propria istituzione, del RISTORANTE per antonomasia di Bucarest, "the soul of the city" come viene descritto da tutti gli esperti, sorto nel 1879, che conserva ancora l'aspetto originale di quando era stato costruito, al suo interno fatto interamente di legno, dal pavimento al soffitto, dai tavoli ai lampadari. Un'esperienza, in questo caso, non solo gastronomica, assolutamente gratificante, perché a Caru' da bere sembra quasi di ritrovarsi in una dimensione diversa, in un'epoca diversa. Degustazione di salumi e formaggi tipici romeni e, a seguire, grigliata di carne per due, zuppa di fagioli con cotiche di maiale servita all'interno di una pagnotta di pane e naturalmente il loro cavallo di battaglia, ossia uno stinco di maiale arrosto con i crauti di accompagnamento. Famiglia Politi in estasi...

Vorrei raccontarvi di altre meravigliose serate, di altri pranzi luculliani vissuti anche in terra bulgara, serba e croata, ma il tempo è tiranno e soprattutto qualche segreto lo tengo per quando, prima o poi, vi incontrerò tutti, amici atipici.

Spero però, intanto, di avervi trasmesso una piccola parte dei sapori e dei profumi che ho incontrato nei Balcani. Quelle pietanze, ancor più di quei luoghi, sarebbero rimaste per sempre scolpite nella nostra memoria e grazie a quel cibo abbiamo avuto l'occasione di conoscere fino in fondo le meravigliose tradizioni di quei Paesi.

Quando si viaggia è certamente importante concentrarsi su quello che si può visitare, chiese, musei, palazzi, piazze, ma è altrettanto importante gustare i cibi che ogni paese è in grado di offrire. Perché spesso, così facendo, siamo in grado di entrare in contatto con altri esseri umani che alcune volte possiamo percepire distanti per mentalità o usanze, ma che invece, grazie al cibo, possiamo scoprire più vicini e simili di quanto pensiamo.



Foto di Massimiliano Cittadini

# Il sapore di un ricordo

Mattia Pucci

"Sarei tanto curioso di entrare nella mente di quei simpatici ragazzi della Redazione che ad inizio anno decidono i titoli dei trimestrali. Me li immagino tutti riuniti insieme, mentre scelgono questo o l'altro tema, ridacchiando di noi che dobbiamo affannarci a scrivere qualcosa di decente ogni singola volta. Chi sono loro per farci questo? Oltretutto d'estate mentre dovremmo essere a rilassarci da qualche parte per il mondo."

"Non ti allargare troppo, sei già dentro la mia testa e a malapena riesco a sopportarti io, figuriamoci gli altri. Ora basta dai, per una volta, non essere sempre così pesante."

"Ecco, bingo! Hai detto bene, pesante. Pesante era la parola giusta da utilizzare. Dimmi cosa c'entra la leggerezza con il cibo. Prova a dirlo a tutti quelli che, alla fine di maggio, corrono in palestra con la vana speranza di perdere qualche etto di troppo. E ho detto etto, non chilo. O ancora peggio. Hai mai pensato che circa un quarto della popolazione mondiale versa tuttora in una situazione di insicurezza alimentare? Nel 2023 c'è chi, la sera a cena, non ha niente da mangiare. Abbi il coraggio di spiegare a loro che il cibo può essere anche solo minimamente associato alla parola leggerezza."

"Vedrai che l'Overture di Romina o di Charlie riusciranno a spiegarci, come hanno sempre fatto, il perché sia stato scelto questo particolare argomento. Sono sicuro che ti faranno cambiare idea: devi avere solo un po' di fiducia. Sei sempre così scettico. Da chi hai ripreso?"

"Beh, un'idea ce l'avrei. Da te, ovviamente. D'accordo, ne ripareremo non appena la leggerò insieme al tuo articolo. Anzi, ascoltami, ho un'idea migliore: siamo ancora in tempo per usare la scusa delle vacanze. Ci riposiamo e ritorniamo per il prossimo numero, ci stai? Altrimenti non provare a chiedermi aiuto. Mi rifiuto categoricamente."  
"Del sapore! Parlerò del sapore."

"Il sapore? Ma che sapore? Sai che ormai è notte inoltrata ed è presto per la colazione?"  
"Sì, lo so. Mi riferivo semplicemente al sapore di un ricordo."

"Ci risiamo. Voglio farti notare, se non te ne fossi accorto, che Memoria persiste nel tenderci sempre brutti scherzi. E tu continui a darle udienza."

"Ci credo, non è facile al giorno d'oggi ricordare. Siamo diventati tremendamente pigri e in una società che divora tutto così velocemente, ricordare sembra ormai diventato quasi un tabù. Ci siamo di colpo trovati ad accumulare tutti i nostri ricordi migliori all'interno di uno smartphone, riempiendo ed impilando la galleria con album di foto che in poco tempo ci dimentichiamo addirittura di aver scattato. Sinceramente non la biasimo per niente."

"Lo stesso smartphone con cui sicuramente avranno creato un sondaggio dentro al gruppo di WhatsApp per scegliere questo fantastico titolo, giusto?"

"Non ricominciare."

"Scusate... mi avete chiamato? Sono Memoria, è permesso?"

"Eccola, siamo al completo. Entra pure, accomodati. Dovresti parlare con lui però, io non c'entro assolutamente niente. Ma ormai che ci sei puoi raccontarci qualcosa riguardo ad un certo ricordo. Come lo hai chiamato? Ah sì, il ricordo di un sapore."

"Oh, è un ricordo davvero lontano, però... eccolo. Eri decisamente più piccolo di adesso e, guarda! Ci sono un sacco di istantanee legate ad un sapore in particolare: ti riferisci a quello degli gnocchi di nonna, non è vero?"

"Sì, esatto! Stavo proprio pensando a questo. Intendiamoci, quelli non sono stati gli gnocchi più buoni che abbia

mai mangiato ma avevano un qualche tipo di ingrediente segreto che li rendevano unici nel loro genere."  
"Vedo che ti piaceva correre e rubare la pasta non ancora cotta. Ma, aspetta, quella che fa al caso tuo è questa qui; eri..."

"... ero completamente rapito ad osservare le mani forti ed esperte di mia nonna che, sbattendo contro la tavola durante la preparazione dell'impasto, riuscivano a sollevare piccole nuvole di finissima farina bianca. Una volta rimase sospesa in aria proprio sopra la mia testa ed ebbi come l'impressione che volesse giocare insieme a me."

"Perdonami ma non riesco a capire dove tu voglia arrivare."

"Veramente non ci arrivi? Tutti abbiamo dei ricordi legati al cibo, alcuni dei quali sono così belli da rimanere indelebili, indipendentemente dal tempo trascorso. E non è un caso se molti di questi provengono dall'infanzia quando siamo indifferenti alle preoccupazioni o ai problemi che attanagliano gli adulti. Poi, crescendo, quegli stessi bambini diventati grandi tornano a rifugiarsi nel cibo per trascorrere nuovamente i loro momenti migliori: da una cena con gli amici che non rivedono da anni fino, addirittura, ad una festa di matrimonio con la persona con cui intendono passare il resto della loro vita. In qualche strano modo c'entra sempre il cibo."

"Ho capito. D'ora in avanti non giudicherò più la leggerezza di un piatto in funzione delle calorie che contiene ma dalla bellezza dell'attimo. Bravo! Saranno contenti i nutrizionisti di tutto il mondo. Gli hai appena tolto il loro prezioso lavoro. E sei anche riuscito a riempire quasi due pagine, roba che nemmeno al tema della maturità. Ma adesso è arrivato il momento di dormire, altrimenti diventi noioso."

"Si va bene. Così riuscirò a non ascoltarti almeno per qualche ora, buonanotte."

"Buonanotte. E non dimenticarti di trovare quantomeno una foto decente da pubblicare. Magari scegliendola proprio dalla galleria del telefono che critichi tanto."

"Stai tranquilla, ne ho una che fa al caso nostro."



Foto di Mattia Pucci

# Mendeleev! Chi era costui?

Franco Fantozzi

«...scandio, potassio, afnio, berillio, osmio, erbio, magnesio...ma figurati se questa roba sarebbero "delizie della tavola", no no, non lo capisco proprio...»

«A Frà, ma che fai?»

«Devo scrivere qualcosa sul cibo, anzi, sull'insostenibile leggerezza del cibo, con buona pace della buonanima del signor Kundera, che, ancora caldo, avrà un motivo in più per rigirarsi nella tomba. Allora ho pensato "buon cibo, buone bevande, buoni amici..." e cercavo intanto di rintracciare su internet, qualche manicaretto con cui cominciare facendo colpo a tavola con piatti sfiziosi. Ho trovato questa tavola del signor Mendeleev e leggevo qua e là, ma mi pare...»

«Oddio, Frà, ma quella è la tavola degli elementi, non degli alimenti"! O cos'hai scritto...»

«Cazzo, mi sa che ho sbagliato tavola...»

«Penso anch'io»

«Pazienza, allora andrò giù saltando questo preambolo che volevo fare, perché mi sembrava la partenza giusta per depistare l'attenzione fino alla stoccata finale, e passerò al piano di riserva. Dunque, senti qua:

"Tanti, ma tanti anni fa, l'uomo scoprì il fuoco e presto imparò a maneggiarlo, gestirlo, e utilizzarlo al meglio. Il fuoco diventò così un elemento determinante nella scala evolutiva, dando un grande impulso allo sviluppo tecnologico, se così si può dire, nella vita dell'uomo primitivo.

I suoi innumerevoli utilizzi svariavano dalla difesa contro gli altri predatori come lui e al riscaldamento, fino alla costruzione di nuovi utensili, armi ovviamente comprese, e tutta un'altra infinita serie di applicazioni. Fra queste applicazioni c'era un impiego, apparentemente marginale rispetto agli altri, ed era: la cottura dei cibi.

Quindi, si scoprì che il fuoco poteva essere un elemento fondamentale proprio in "cucina", per quanto il concetto non fosse ancora entrato nell'uso comune (tanto più fra soggetti che ancora non comunicavano in forma scritta).

E fu la fine, perché da lì, e andando avanti nel tempo, la cosa ingiganti sempre di più, e la "cucina" assunse un'importanza primaria, soprattutto nelle corti e nelle sale opulente dei vari potenti.

Nelle misere famiglie, per ovvi motivi, la necessità primaria era il "mangiare" e non il "cucinare", una distinzione solo all'apparenza secondaria, perché avrebbe ben presto costituito un insormontabile discrimine fra lo snobismo di certi cuochi (questo il nome che era stato coniato per l'occorrenza) e le consuete attività culinarie familiari proprie delle massaie, categoria nella quale rientravano normalmente mogli, conviventi e qualsiasi altra donna di casa, che si affaccendasse in cucina.

Secondo questo infame assunto, queste donne infatti non "cucinavano", ma bensì e soltanto "facevano da mangiare", ed in questa distinzione si nascondevano fino d'allora, spocchia, senso di superiorità, e umiliazione, non solo perché ritenute incapaci di saper approntare le delizie del cibo, ma anche in quanto donne.

Da lì prese le mosse anche una scuola di pensiero che perennemente si sforzava di arricchire il novero delle vivande che era possibile preparare grazie alla scoperta di nuovi ingredienti, ma soprattutto grazie all'elemento "fuoco" (le crudité, ed altre sfiziose ricercatezze non cotte, erano ancora di là da venire).

La cosa s'ingiganti sempre di più nel corso dei secoli, e mai e poi mai il fuoco avrebbe supposto di diventare l'artefice che avrebbe spalancato le porte, alle più accese, quanto inutili, competizioni culinarie.

Ma questo discrimine fra il "fare da mangiare" e il "cucinare" permase, ed anzi si accrebbe, di un'ulteriore qualificante definizione: quella di "Chef", parola omnicomprensiva che, guarda caso, esiste solo nella sua accezione maschile.

Con l'avanzare della tecnologia e il passaggio dalla comunicazione orale a quella scritta, si arrivò infine alla comunicazione per immagini, e l'ulteriore sviluppo tecnologico di questa forma di comunicazione, portò al cinema, alla televisione, e giù giù, fino alle infinite possibilità odierne legate anche alla "rete".

Così, il culto della "cucina" e del "cucinare", dette origine ad una infinita serie di rappresentazioni, che potrebbero essere sintetizzate con la frase "L'INSOSTENIBILE LEGGEREZZA DEL CIBO".

E poiché l'istinto malcelato dell'uomo è sempre un istinto predatorio e di sopraffazione, nel peggiore dei casi, o quello di primeggiare ed affermare comunque una superiorità, nel migliore, sono nate centinaia di trasmissioni che trattano, in modo più o meno blando, questi due istinti primordiali, se così si può dire, mettendo a confronto svariate tipologie di pietanze, dolci compresi, in gare giocate fino all'ultimo "sugo" o all'ultima "forchettata".

Il pubblico di riferimento, ahimè, siamo noi, un pubblico spesso acefalo e abulico, con tendenze voyeristiche.

Che poi, a forza di reiterazioni, anche se cerchi di sfuggire alla gabbia infestante di questi spettacoli, se minimo ti ci fermi

per caso o per curiosità, anche per poco tempo, corri il rischio di rimanere anche tu invischiato e alla fine di parteggiare per uno o per l'altro dei contendenti.

Tutto questo per dire che una sera, zigzagando fra i canali infarciti di gare di quel degenerato genere (si perché tirano in ballo di tutto, con format che prevedono a volte anche l'utilizzo di piccoli cuochi in erba), caddi preda di un duello rusticano, combattuto a colpi d'ingredienti, fra lo chef Giosafatte Bracco, e Domenico Bambùcciolo.

Il focus verteva tutto sulla migliore e più sfiziosa preparazione della classica, casereccia, consueta, ciambella.

Cominciò con Bracco, che preparò un impasto a base di 296 grammi di farina teff, un cereale privo di glutine originario dell'Etiopia e dell'Eritrea, alla quale aveva aggiunto dei granelli di sommacco, un arbusto di colore rosso intenso, che cresce nelle zone temperate, e un pizzico di argilla polverizzata da un mattone proveniente dall'orto di casa sua, e grattato proprio da lui. Ci aggiunse due uova di Paradisea Superba, un uccello che vive esclusivamente nelle foreste pluviali della Nuova Guinea, un cucchiaino abbondante di sale marino del Mar d'Azov (che notoriamente ha un basso grado di salinità), 157 grammi di latte di una rarissima razza di asina thailandese, 183 grammi di burro di Gnu, e 173 grammi esatti, di zucchero d'uva.

Poi infornò il tutto a 180°, per 32 minuti e 27 secondi esatti.

Bambùcciolo, dal canto suo, fece un impasto con 312 grammi di grano duro siciliano Timilia, coltivato però nelle pianure della Kazakistan meridionale, al quale aggiunse 32 grammi di fave di tonka macinate a mano da lui stesso su pietra serena con un pistone di marmo di Carrara, poi tre tuorli d'uovo di Fregata magnifica, un uccello che vive nei mari delle regioni tropicali e depone uova dal particolare sapore salmastro, 162 grammi di latte di potamocero il "maiale di fiume" del Madagascar, un cucchiaino raso di sale rosso dell'Himalaia, 178 grammi di zucchero di cocco integrale delle Filippine e 179 grammi di burro di Yak mongolo.

Alla fine anch'egli infornò a 180°, ma solo per 31 minuti e 19 secondi.

Nell'enfasi della competizione però, quegli chef stellati (ma in questo caso piuttosto "scellerati"), dimenticarono entrambi di aggiungere una qualsiasi forma di lievito, col risultato che entrambe le ciambelle non "riuscirono col buco", metaforicamente parlando, anche se poi il buco c'era.

Rossi in viso, i due "cheffoni" cercarono di correre ai ripari:

Bracco si affrettò ad aggiungere una spolverata gigante di zucchero a velo, che fece sembrare quella cosa piuttosto schiacciata, come una micropista dell'Abetone, e lo stesso fece anche Bambùcciolo.

Allora Bracco, prese una manciata di mandorle sbucciate e ce le appiccicò sopra.

Bambùcciolo fece lo stesso, ma con dei gherigli di noci.

Bracco seguì furioso le mosse del suo avversario poi, con un lampo di genio (perché entrambi erano geniali, va detto...) prese delle olive nere e ce le dispose sopra con grazia.

Bambùcciolo, senza scomporsi, prese allora dei pomodori secchi sminuzzati e li cosparsé sulla sua ciambella. Fumando dalle narici, Bracco, utilizzando un apposito cucchiaino a colino, raccolse una decina di acciughe marinate da una terrina a chiusura ermetica e le alternò graziosamente alle olive.

Toccava a Bambùcciolo adesso la mossa, e non si fece attendere: tagliò "a coltello" delle robuste fette di soppressata calabrese, poi ne fece dei cubetti esatti e li dispose a piramide all'interno del buco della sua ciambella.

Allora Bracco si spazientì, prese minacciosamente in mano un vassoio con una fricasea di fiori di zucca, mentre la telecamera indugiava sul pubblico in sala, che assisteva stupito alla scena degradante dei due "cheffoni".

Poi, non so come finì la tenzone e non mi interessa saperlo, perché finalmente riuscii a staccarmi da quello spettacolo, che, pur nella sua pochezza, certificava in modo eloquente, l'opulenza e l'idiozia che pervade la nostra società, ormai priva di ogni pudore, che veicola solo stupidi e ignobili valori di riferimento.

Quegli stessi valori che lasciano incollati al televisore, con gli occhi lucenti e la bocca sorridente, centinaia di migliaia di brave persone, imbambolate davanti ai fasti di un'incoronazione o di un matrimonio reale.

Girai quindi un canale a caso, e capítai su di un documentario con le immagini drammatiche degli esodi biblici di intere popolazioni del Sahel e del corno d'Africa, vittime di una carestia senza limiti, mentre una voce ricordava che purtroppo non erano le uniche popolazioni del mondo ad essere falcidiate dalla fame.

Poi il documentario finì, e mi accorsi che anch'io ero rimasto imbambolato con gli occhi lucidi, ma le mie labbra erano molto corruciate, non sorridenti.

Così spensì la televisione, e me andai a letto più incazzato che mai.



# Si, proprio lui!

Riccardo Meacci

Tutti andiamo al supermercato, quella del supermercato è una tappa della giornata che accomuna un po' tutti noi italici virgulti.

La prima cosa che faccio quando entro in un supermercato, visto che per prassi comune c'è il settore frutta e verdura, è mettermi i guanti.

Dovrei per logica prendere le buste di plastica, aprirle e poi mettere i guanti perché poi aprire le buste con i guanti è cosa noiosa... ma vabbè...

Dicevo... metto i guanti. Metto i guanti e comincio a scegliere la frutta o la verdura che sia toccandola. Delicatamente.

Attorno a me i guanti non ce li ha nessuno.

Qualche volta mi è capitato di vedere gente con un guanto solo... e poi magari li ho visti staccare le banane l'una dall'altra con entrambe le mani.

Naturalmente quale seguace del metodo empirico ho fatto la prova e non funziona a meno che non si usi la busta come guanto... ma quanto lavoro!!!

Ora, è chiaro che per motivi di ordine pubblico ed economici un dipendente non possa intervenire con ogni cliente per chiedere di indossare i guanti.

Ma i guanti, questi benedetti guanti, saranno lì in bella mostra per un qualche motivo o no?

Potrebbero essere lì per un test.

Potrebbe essere che i poteri forti abbiano imposto il posizionamento dei guanti per studiare la popolazione e poter distinguere le persone normali dai rompicoglioni possibili sovversivi.

Il signor Alibrando Paciocconi entra nel supermercato come tutti e va al reparto frutta e verdura. Qui si ferma e si infila i guanti... Da questo momento il sistema entra in allarme e tutte le telecamere sono per lui. Lo seguono ovunque. Alla cassa la transazione con carta di credito viene registrata in un server esterno. Da quel momento viene aperto un fascicolo ed il suo nome viene inserito nella lista dei fissati rompicoglioni possibili sovversivi.

Bel plot per una serie di successo ma poco realistico.

La verità è che come tutte le cose lasciate alla buona educazione e non regolate è degenerata in anarchia... con tutto il rispetto per l'anarchia.

Sarei tentato ed ho avuto la tentazione di chiedere di mettere i guanti ma... e se poi il mio intervento non venisse preso bene. Se la mia più che onesta richiesta portasse ad un'escalation imprevista. Sono convinto che i dipendenti tiferebbero per me ma non è quello che vorrei, sono profondamente contrario all'uso della forza per imporre la ragione... però... è anche vero che colpirne uno per educarne cento...

Solo una volta mi sono permesso di dire qualcosa e dico permesso perché in fondo chi sono io per muovere appunti agli altri?

Era da poco finito il periodo più buio della pandemia. Le mascherine erano consigliate ma non più obbligatorie. Premetto per dovere di cronaca che forse quel giorno avevo consistenti giramenti di palle. Vado al supermercato mi sanifico le mani, metto i guanti prendo una busta quando una signora mi si infila davanti ed a mani nude prende un mazzo di sei banane e ne stacca due, le guarda bene poi le rimette giù e passa oltre.

Al ché le dico - Scusa ma dovresti mettere i guanti...-

-Va beh ma il covid mica c'è più...

A questo punto con fare paziente sarei dovuto partire con la pippa che il covid c'era ancora e bisognava starci attenti ed avere comportamenti più appropriati alla situazione per evitare ricadute... ma non ce l'ho fatta. L'ho fatta corta.

-Ma i guanti ci sono da prima del covid... bisognava metterli anche prima.

Lei mi ha guardato come a dire "ma chi ti credi di essere?"

Io con quello sguardo mi sono fatto un film. Mi sono visto dall'esterno ed ho visto uno che stava lì a fare il paladino dell'educazione, il Don Chisciotte che nei reparti "frutta e verdura" combatte i mali del mondo... lo 'stocazzo dei valori etici morali. Preso coraggio da questa bella conversazione interna a me stesso le ho fatto lo sguardo da Tony Stark, quello che dice:

"Io so 'stocazzo."

Poi a dire la verità lei m'ha fatto lo sguardo "poro coglione" ma io avevo fretta e non ho continuato il confronto.

- Se al supermercato non mettete i guanti per non essere schedati e l'articolo non vi è piaciuto, rivolgetevi a \*
  - Se siete dei No-Gloves confrontatevi con \*
  - Se siete invidiosi perché non vi riesce lo sguardo da "lo so 'stocazzo" e allora per non passare male vi volete lamentare per ste quattro fregnacce, parlatene con \*
- Lamentatevi con i poteri forti... qualcuno tipo... \*.

Ciao

\* 'STOCAZZO



## Gli esami del cuore

Marinella Aquaro

Il ventilatore gira rumorosamente a destra, quello di sinistra rivolto verso il centro della stanza, i due in sincrono dovrebbero dare l'illusione di una stanza accogliente. Il clima dei primi di Luglio quest'anno è rovente e le tende sfilacciate delle finestre riescono soltanto a dare un po' di penombra. Le scuole italiane non sono mai molto attrezzate (sigh) per gli Esami di Stato. Quest'anno la sede è Istituto Commerciale, Sezione Serale.

"Bene, cominciamo. Chi è il primo?"

"Maria Vaclava. Ha sempre frequentato, ragazza molto seria, quando ha potuto ha aiutato tutti, è stata sostegno fondamentale per tutta la classe è tra le più grandi ed è riuscita a frequentare sempre nonostante il lavoro. "

Alle 8,30 Maria si siede composta davanti alla Commissione.

"Buongiorno, ci dica di lei, siamo qui per ascoltarla."

"Mi chiamo Maria Vaclava, ho 42 anni, abito qui in città ma sono di origini rumene. Vivo in Italia da 20 anni e lavoro da dieci consecutivamente nello stesso posto. Sono la badante di una signora di novanta anni e per me ormai è come una nonna e io sono per lei una di famiglia. È una delle mie più grandi fans, è lei che mi ha spinto a frequentare la scuola e prendere il diploma "

La giovane donna parla lentamente in italiano quasi perfetto, attenta a non increspare. È pallida, tesa. Indossa un semplice abito di lino beige, uno chemisier di fattura classica che le nostre donne non portano quasi più. Al polso solo un piccolo orologio. Le mani hanno dita lunghe e affusolate e lei se le strofina continuamente. Lineamenti delicati, occhi azzurro-ceruleo, labbra chiare.

"Maria, si è trovata bene, è soddisfatta del suo percorso?"

"Sì, sono molto contenta della mia scelta. Quando ero giovane avevo cominciato a studiare nel mio paese poi mi sono fidanzata e sposata presto. Con mio marito siamo partiti in cerca di "fortuna" ma le cose non sono andate subito bene, lui beveva ed era violento, come molti dei nostri uomini, purtroppo. Ero incinta quando una sera è rientrato ubriaco, ha cominciato a picchiarmi finché... ho perso il bambino."

Si ferma un attimo e abbassa lo sguardo. Una lacrima brilla vicino alle ciglia.

"Ho provato ancora a resistere ma era una vita impossibile, l'ho lasciato, mi sono trasferita qui e ho cominciato a lavorare dalla mia "Signora". Lei mi ha salvata. Era una maestra e la sua casa è piena di libri che lei ancora legge e si informa. Mi ha coinvolta nelle sue letture e ha capito quanta "fame" io abbia di sapere, capire, conoscere. Ecco è questo che mi ha spinto ad iscrivermi a questa scuola."

"Bene Maria, può cominciare da dove vuole..."

"Io comincerei da una poesia rumena di Nina Cassian: " Volevo restare a settembre sulla spiaggia..."

Maria parla per un'ora e più facendo collegamenti e riferimenti in tutte le materie, dimostra di avere una maturità completa. La sua voglia di cultura la sta portando ad esplorare campi immensi in tutti i settori.

"Grazie Maria, ci ha fatto conoscere cose nuove, il suo esame è finito e può essere orgogliosa del suo percorso!"

Le stringo la mano sudata e tremula Ma esprime una forza non comune.

"Ci saluti la sua ...Nonna!"

"Mi sta aspettando con ansia. Glielo dirò!"

"Il prossimo candidato?"

"È un ragazzo particolare, Andrea Lo Iacono, frequentava la scuola di mattina ma dopo Le sue vicissitudini ha preferito il serale. Buon elemento anche se problematico. "

Andrea si palesa sulla porta. Un ragazzone alto quasi due metri. Pantalone calato sotto l'ombelico in fantasia hawaiana, camicia bianca aperta sul petto e una catena massiccia finto oro al collo. Capello lucido pettinato all'indietro, barbetta curata, sopracciglia depilate alla moda. Si siede e sembra che la sedia non lo sorregga.


"Buongiorno Andrea, ci racconti un po' di sé. Cosa lo porta qui?"

"Beh, penso che si veda. Io sono "ingombrante". Ho cominciato la scuola sei anni fa e già ero fuori misura. Dopo





# Ricerca e territorio



due anni ero già così e i miei compagni hanno cominciato a prendermi in giro, bullizzarmi. Mi chiamavano "Ciccione, Elephant man, Hippo".. Più lo facevano e più io mi isolavo e rifugiavo nel cibo. Sono arrivato a pesare 180 chili. Mia madre doveva tenere il frigorifero vuoto altrimenti di notte lo saccheggiamo. Quell'anno non riuscivo a concentrarmi sullo studio, il diabete non mi ha dato tregua e sono finito in ospedale per un collasso. Naturalmente mi hanno bocciato ma avevo toccato il fondo e infine mi hanno ricoverato in una struttura specializzata dove ho potuto curare la mia bulimia. È stata dura resistere alla voglia di cioccolata e pizza tutte le sere ma con l'aiuto dei medici, gli psicologi e l'amore della mia famiglia ne sono uscito. L'anno scorso ho deciso di tornare a vivere, continuare gli studi e prendermi il diploma, come avevo promesso al mio psicoterapeuta e a me stesso.

Andrea inizia il suo esame con Pirandello: Uno, Nessuno, Centomila, le Maschere, l'ipocrisia. Passa con padronanza tra le varie materie, si distrae tra le parole a volte "forti" come del resto è lui!

"Grazie Andrea il suo esame è finito. È soddisfatto?"

"Sì molto, penso che oggi mi farò un regalo, un bel gelato alla crema. Me lo merito, NO?" Esce sorridendo a tutti noi e soprattutto a sé stesso.

Il caldo incombe. "Gli esami, penso, si dovrebbero fare a gennaio!"

L'ultimo candidato della mattina entra a mezzogiorno, il sole è alto e la figurina che si palesa sulla porta sembra trasparire di fronte ad esso.

"Presidente, lei si chiama Bianca R. E' una ragazza molto timida, ha avuto dei problemi molto seri in quest'ultimo periodo..."

Strano!?

Alta, magrissima e diafana. Total black il suo abbigliamento, pantaloni alla turca e casacca informe. L'unico braccio scoperto è percorso dal tatuaggio di un lungo serpente viola con la lingua biforcuta all'attaccatura della mano. Al naso e orecchie piccoli cerchietti, i capelli scuri rasati alle tempie e lasciati cadere lisci sulle spalle. Le dita inanellate con teschi e fedine.

"Buongiorno Bianca, come sta? Ci dica di lei?"

"Davvero vuole sapere come sto? E' un pezzo che nessuno me lo chiede, è strano che voi vi interessiate a me. .."

"Lei è una nostra studente, noi teniamo che vi troviate bene, l'esame non è una tortura ma un passaggio formale della vostra formazione."

Bianca sospira, sembra non trovare le parole, è talmente sottile che ho paura si spezzi o si sciolga sotto questo calore. Poi inizia.

"Da quando non ci sono più i miei genitori nessuno mi ha più chiesto come mi sento. Due anni fa ho interrotto la scuola diurna perché non ce la facevo. In sei mesi ho perso mio padre e mia madre, entrambi di malattie gravi. Io ho smesso di mangiare perché volevo raggiungerli, la vita non aveva più senso per me e ritenevo tutto inutile."

Bianca si ferma, beve un sorso d'acqua dalla bottiglietta. La Commissione ammutolita. Bianca guarda la collega di Lettere che le lancia uno sguardo d'incoraggiamento.

"Poi... mi ha cercato la professoressa Rossi, mi ha parlato, mi ha soccorso, mi ha fatto capire che quello che stavo facendo mi stava portando ad una fine inutile perché i miei genitori avrebbero voluto che io mi diplomassi, sarebbe stata la loro soddisfazione più grande e io oggi sono qui per loro! Vorrei cominciare con Leopardi, Passero Solitario..."

"..."

Bianca prosegue a parlare per più di un'ora, mi estraneo provando ad ascoltare il suo dolore, la sua voglia di finire. Guardo le sue mani e tra gli anelli dark vedo brillare due fedi gialle, se le tocca, le rigira e alla fine dell'esame le bacia.

Sarà il caldo o la stanchezza ma vacillo anch'io per un attimo.

"Bianca, abbiamo finito, è stata bravissima. Ringrazi la collega che la spinta a ricominciare, sarebbe stato un vero peccato perdere una ragazza così!"

Si alza di scatto, corre ad abbracciare la professoressa ed entrambe si sciolgono in un pianto liberatorio.

Ho un leggero capogiro, ho bisogno di prendere aria fresca. Le emozioni della mattinata sono state notevoli. Guardo il bellissimo panorama toscano dalle finestre e rifletto:

"Ogni alunno o candidato che si è presentato a noi aveva FAME : di cultura, di amore, giustizia, riscatto. La Scuola ha fornito gli strumenti ad ognuno di loro per soddisfare questi appetiti. Gli Insegnanti, che non sempre hanno

coscienza di fare un lavoro così nobile, hanno saputo dare loro fiducia, conforto, strumenti, conoscenze con professionalità e umanità non comuni. E' questa LA Scuola!"

Rientro con gli occhi lucidi e lo stomaco vuoto. Guardo i miei colleghi con gratitudine e affetto.

"Bene, per oggi abbiamo finito, che ne dite di mettere anche noi qualcosa sotto i denti? Non si vive di sola poesia, diceva uno famoso. Non mi chiedete chi. Mica devo sostenere l'esame, io!"



Foto di Andrea Capponi

## Gli amici de L'Atipico

### **Autofficina Morganti**

Officina autorizzata Renault - Dacia  
gommista - impianti gpl/metano  
via stazione 16c - Castiglione del Lago - tel. 075.951537

### **Leonardo e Vania**

Parrucchieri  
via Cavour - Petrignano - tel. 075.9528224

### **Locanda La Mercanzia**

Ristorante  
Via Andrea Doria 50/E - Località Pucciarelli - tel. 075.9659552

### **Hair Passion**

di Marco Faleburle  
via Roma 212 - Castiglione del Lago - tel. 075.953936

### **BMP - foto digital discount**

via Marzabotto 4/6 - Castiglione del Lago  
tel. 075.951100 - fax 075.7823119  
www.andreapula.com

### **Madrevite**

Azienda agricola  
loc. cimbanò 36 - Vaiano - tel 075.9527220  
email: info@madrevite.com

### **Strike**

Web & Graphic Lab  
via XXV Aprile 21 - Castiglione del Lago  
tel. 0755092351 - www.strikelab.it

### **De.Ca. Computers**

Vendita e Assistenza  
via firenze 75 - Castiglione del Lago - tel. 075.9653612

### **Pizzeria Evergreen**

Piazza C.Caporali, angolo Via del Forte - Castiglione del Lago  
tel. 075.953548

### **GoalNet Web Agency**

Progettazione Applicazioni Web  
via XXV Aprile 17 - Castiglione del Lago  
tel. 075.951129 - info@goalnet.it - www.goalnet.it

### **Agriturismo Romitorio**

appartamenti per vacanze  
Viale Milano - Pozzuolo Umbro  
tel. 075.959517 - posta@romitorio.com - www.romitorio.com

### **Otis Moda & Sport**

Abbigliamento - Calzature  
Loc. Lacaioli 73 - Castiglione del Lago  
tel. 075.951544 - info@otismodaesport.it

# Effetti collaterali

## 18 febbraio 2022

Davide Pula e Giulio Marchettoni

Ore 19.00 circa, Milano.

La fame mi porta a spasso. Gli sguardi dei passanti sono come latrati di cani pastore, mi spingono via senza toccarmi. Girovagando col mio carrello sono arrivato a quest'appartamento vuoto in via Manzoni, davanti a due locali dall'aspetto intimo situati all'incrocio col vicolo Giardino. Non devo farmi vedere. Dentro è vuoto, intonaco marcio riversato a terra, il soffitto gonfio d'umidità, polvere. Per questa notte andrà benissimo. Del pane secco di ieri non mi rimangono che briciole. Posso resistere. Meglio mettere un po' d'ordine a questa stanza, non posso respirare tutta questa polvere. Devo far asciugare le coperte... "Insisti con l'idrante che si lava il fetente". Bastardi. Però qui non dovrei stare male, l'unico ingresso è quello da cui sono entrato io. Ci sposto queste macerie, il carrello e non dovrebbe entrarci nessuno. Metto i cartoni qua, l'acqua lì. La giacca l'appendo alla finestra così non mi sveglio all'alba. Fumo una sigaretta. Nemmeno della droga per conciliare il sonno, dannati crampi. Il pavimento puzza di piscio, ma già inizio ad abituarmi. Chissà cosa fanno in quei due locali. Magari pizze e hamburger, o pasta. Venendo qua ho visto i cassonetti, potrei recuperare qualcosa. Cazzo come mi sono ridotto. Beata la vecchia che mi ha dato il pane, ci ho fatto quasi tre giorni con quel chilo. Mi manca casa, mia mamma che impastava, il profumo delle torte. Andarsene per 'sta vita qua, che menzogna che mi hanno venduto. Là il cibo era poco, ma c'era. Poco ma almeno ero libero, non mendicavo. Ed ora schiavo e reietto di 'sta società infame, che prima mi sfrutta, poi mi abbandona, mi butta per strada, mi affama, mi calpesta, non vuole vedermi. Mi picchia se mangio i suoi scarti. Non farmici pensare. Vaso di girasoli. Vaso di girasoli...

Ore 1.00 circa.

Ci mancavano questi a fare casino. Sembra di dormire in centro, tutti ubriachi, se mi vedono sarò il loro giocattolo. Come Dakar, che l'hanno pestato e poi bruciato. Diavolo questi crampi. Loro sono davanti ai locali chiusi, se passo da dietro riesco a raggiungere i cassonetti. Bene, non mi hanno visto, vediamo un po'. Buste vuote, lattine, un cesto di insalata fradicia. Patate fritte, sembrano ben tenute. Impregnate di birra ma vabbè. \*suoni indistinti\*. E adesso chi è? Aiuto. Faccio finta di niente. Se io li ignoro loro mi ignoreranno...

Milano, ore 20

426,40 € aperitivo in Terrazza Martini.

Oggi siamo stati bravi, tre giorni fa per poco non gli lasciavamo 1000 euro a testa, anche se non sarebbe stato un problema (soprattutto per quello Champagne di quasi 30 anni da 300 euro a bottiglia: sublime!); la liquidità non manca di certo.

Scesi dalla terrazza ci mettiamo subito in posa davanti al Duomo, pronti per lo scatto social irrinunciabile. Per la terza volta in 5 giorni andiamo a cena al Ristorante "Nuova Milano", dentro la Galleria. Io e i miei colleghi siamo riusciti ad entrare dopo mesi di estenuanti trattative, e adesso siamo finalmente dentro la Milano che conta. Il Gianni è ubriaco fradicio e fa un casino degno della curva sud di San Siro, ma appena varca la soglia del ristorante ritorna più sobrio di un astemio. L'alta società pretende morigeratezza e rigore anche dal più grave degli indemoniati, solo per quello che concerne l'apparenza e l'aspetto, ovviamente.

Dentro di noi l'eccitazione è alle stelle, ancora non riusciamo a credere di essere realmente in quel posto, seduti accanto al fior fiore della classe dirigente milanese.

Appena arriva il cameriere ordiniamo subito 3 bottiglie del vino più costoso sulla carta, e da mangiare io prendo una tartarone di chianina con salsa di avocado, granella di pistacchio e patè di olive. È uno dei patti col prezzo più alto, quindi sicuramente sarà buono.

E poi del cibo non è che ce ne fregghi più di tanto, l'importante è essere seduti lì, in mezzo a politici, banchieri, industriali e dirigenti di qualunque tipo. Chi ancora va al ristorante con l'obiettivo di mangiare e basta è veramente un coglione.

# Effetti collaterali

La Sofia e il Marco si fanno fuori da soli la metà del vino, ma anche io e il Gianni non ci risparmiamo.

Finita la tartarar mi rimane ancora una voragine nello stomaco. Usciti dal ristorante mi prendo una pizza, mentre il solito Gianni si avvicina a due gnocche niente male che si stanno facendo dei selfie davanti alla Scala. Presa la pizza corro dai tre e punto subito quella con le chiappe più sode, capelli mori, camicetta bianca e pantalone attillato rosso che solo quello ti indurisce tutto. Lei è spigliata e soprattutto esplicita, vogliosa e, devo dire, anche un po' troia. La serata promette bene! Appena le dico che eravamo a mangiare al "Nuova Milano" fa delle espressioni bizzarre.

"In quel ristorante la cura del cibo è inesistente, vendono prodotti schifosi a prezzi esagerati e vogliono anche farla passare per alta cucina. Non voglio neanche immaginare da dove è arrivato l'avocado che hai mangiato, in che modo è stato trattato; per non parlare dei costi e dei consumi per la produzione e distribuzione."

Fortuna che è bella e non solo stupida. Secondo lei chi va in quel posto lo fa per controllare da dove arriva ciò mangia? A qualcuno gliene frega qualcosa dei piatti che servono, dei prodotti che usano? Ogni cliente deve trasformarsi nell'ispettore della sanità? Certa gente è proprio ingenua!

Adesso però mi è completamente passata la fame, anche perché ho altro a cui pensare.

Il Gianni abilmente le invita a passare la notte nel suo attico e loro accettano subito.

Ci avviamo, ognuno accanto alla sua conquista, lungo via Manzoni, poi svoltiamo su vicolo Giardino, tatticissima scorciatoia per la casa del Gianni.

La pizza è definitivamente diventata inutile, anche perché il movimento dei suoi fianchi mentre cammina ha ormai attirato tutta la mia attenzione.

C'è una figura a metà del vicolo, vicino a dei cassonetti. Appena svoltiamo l'angolo si allontana dai bidoni e si getta nell'ombra. A quanto pare me ne sono accorto solo io, dato che gli altri tre proseguono normalmente. Sarà mica uno che ha esagerato con i Vodka Martini? Cazzo, ma è un barbone. L'odore che arriva non è solo quello della spazzatura. Si è nascosto in un angolo, sembra rannicchiato su sé stesso, intento a far finta di non essere lì. Fa come se noi non ci fossimo, eppure il Gianni non ha smesso di urlare da un'oretta circa e anche a Segrate sanno quello che sta facendo. Dall'oscurità si intravede poco, ma credo stia mangiando qualcosa. L'avrà sicuramente raccolta dalla spazzatura. Mi viene da vomitare. Mi avvicino.

"Ehi tu, dico a te. La vuoi questa?"

Inizialmente non si gira, poi probabilmente sente un buon odorino e si volta. Appena vede la pizza spalanca gli occhi. Tiene la testa china, con un'espressione sul viso alquanto strana, un misto tra rabbia ed eccitazione; se mi salta addosso lo stendo. Allunga le mani, prende il cartone e lo stringe a sé. Alza lo sguardo. Ha un bagliore strano dentro agli occhi, un riflesso potente, che non avevo mai intravisto in nessun volto prima d'ora. La sua bocca si inarca in quello che appare un sorriso.

La mia compagnia si accorge che sono rimasto indietro, e quell'ubriacone del Gianni comincia ad urlare il mio nome. A quel punto l'uomo fugge all'interno di una casa, che da fuori sembra abbandonata o comunque ridotta molto male. È stato un momento strano, parecchio strano. Per un attimo non ho capito se volesse ringraziarmi o uccidermi, c'era una strana luce nelle sue pupille, come se avesse voluto dirmi qualcosa, come se quella pizza rappresentasse la salvezza dell'umanità o il sacro Graal.

Ah beh, la parentesi filosofica dei miei coglioni può anche finire qui. Finalmente mi sono liberato di quel cartone, quel pezzente vivrà un giorno in più e stasera mi porto a letto una bella figa. Niente male come martedì!



# L'impermeabile di Bogart

a cura di Fausto Gaeta

## Argentina 1985

Regia di Santiago Mitre. Un film con Ricardo Darín, Peter Lanzani, Carlos Portaluppi, Norman Briski

Il film non è recentissimo ma è un capolavoro assoluto. La Storia, con la esse maiuscola, è sul confronto giudiziario fra il macellaio golpista Vileda ed i suoi accoliti ed un Procuratore ed i suoi improvvisati collaboratori con la sola verità ad armare la fionda di un redivivo David. La cronaca di un processo partito quasi in sordina e finito poi per trasformarsi in quello che penne ben più autorevoli di quella del vostro scriba hanno definito la Norimberga del secondo Novecento. Una esperienza di vigoroso impegno civile "di scuola" sostenuto da una regia ed una interpretazione (di tutti gli attori) davvero splendide raccontata con una tensione narrativa che restituisce l'atmosfera dei fatti integralmente. Ripeto, un capolavoro assoluto.

## Corro da te

Regia di Riccardo Milani. Un film con Pierfrancesco Favino, Miriam Leone, Pietro Sermonti, Vanessa Scalera, Pilar Fogliati.

La storiella dell'imprenditore, figlio di mamma disattenta, alle prese con scommesse di braghetta da tombeur de femmes impenitente si trasforma all'improvviso in un delizioso apologo sull'handicap e sull'amore vissuti entrambi con sorridente libertà di opinione. Un film che cambia pelle all'improvviso restituendo neuroni al racconto sarcastico, a volte sardonico, ma sempre elegante e misurato, sorridente e forse un pò scontato in un finale danzante di gusto felliniano ma a tarallucci-e-vino e perchè no. Insomma, una buona occasione per riconciliarsi con la celluloida bel oltre la marmorea invadenza del politicamente corretto. E' necessario sottolineare la grande prova attoriale del solito Favino?

# L'impermeabile di Bogart



## L'ultima notte d'amore

Regia di Andrea Di Stefano. Un film Da vedere 2023 con Pierfrancesco Favino, Linda Caridi, Antonio Gerardi, Francesco Di Leva, Martin Francisco Montero Baez.

La prima uscita è quella giusta. Andrea di Stefano centra il bersaglio al primo tentativo con un gran film sospeso in una Milano "da manuale" nella zona grigia fra il volere ed il dovere che, al traino di una splendida, more solito, interpretazione di Favino, ondeggia fra il noir ed il poliziesco senza tradire né l'uno né l'altro fino ad uno splendido finale degno della migliore tradizione dei generi di cui sopra. Convince la scansione narrativa, le scelte di ordito e la capacità, singolare, di lasciare la platea inchiodata alle poltrone anche a luci accese. Convincono regia ed interpretazioni leggere ma incisive. E scusate se è poco.

## Aurora Leone: una famiglia a pretesto

Un film con Aurora Leone.

Riconosco di essere monotono: oggettivamente quando dalle panche del cabaret si passa alla celluloida il problema di tutti i "comici" italiani è sempre lo stesso: non fanno ridere. C'è sicuramente qualche aulica eccezione ma la storia, per grandi linee, non cambia. The Jackal è una esperienza che sulla battuta folgorante, diciamo sui 100 metri, va bene, spesso molto bene ma sul mezzo fondo cinematografico proprio non ce la fa. Nello specifico la gentilissima Aurora Leone che si lancia sul battutissimo sentiero "familiare" con il supporto esterno, anch'esso decisamente sfiatato, dei due capobanda ricavandone un memorabile fiasco assoluto. Un'oretta o poco più di cui nessuno sentiva la mancanza senza ritmo e con poche idee ma molto confuse. Sciacquone, inevitabilmente.



# La casa di carta

RUBRICA DI INVITO ALLA LETTURA  
A CURA DELLA REDAZIONE DE L'ATIPICO

In questo numero ospitiamo **Davide Morresi**

Fondatore e coordinatore di Read and Play ([www.readandplay.it](http://www.readandplay.it)), autore di podcast, reading musicali e rappresentazioni teatrali. Ha curato i libri di racconti Live! Racconti di vita e concerti, Arcana Edizioni, e Note d'inchiostro Vol. 1 e Vol 2, Le Mezzelane. Suoi racconti sono apparsi in numerose riviste letterarie e antologie. Organizza eventi musicali e letterari.

Giovanni Capotombolo

## UVA. Una Vita Altrove

*Dalia Edizioni*

No future cantavano i Sex Pistols. Eppure quelli della generazione X, che credevano nella ribellione e che le buone idee, fuori da ogni corrente politica, avessero il potere di cambiare il mondo, un futuro lo hanno avuto, eccome se lo hanno avuto!

Chiuso il periodo peace and love sessantottino, la generazione seguente va oltre. Pace e amore da soli non sono sufficienti: c'è bisogno di un po' di sana e buona rabbia. Poche chiacchiere e facciamoci sentire. Ed ecco allora i Sex Pistols, il punk, fiammata veloce e profondissima che cambierà tutte le carte nel mazzo, e poi il grunge, che aggiunge una buona dose di depressione alla ribellione, come a dire "Ecco, nemmeno con la rabbia abbiamo fatto granché, cosa ci rimane ora?". Questa è la domanda del libro: cosa rimane ora della generazione X? Ben poco. Il no future urlato al cielo con i Sex Pistols diventerà presto l'm still alive, sempre urlato al cielo, ma questa volta con i Pearl Jam, e quasi sembra di sentire pure il sospiro di sollievo finale per essere riusciti a sopravvivere (più che i Pearl Jam, nel libro si citano più volte i Nirvana, ma il senso è quello). Quel no future ora stona un po' sulla bocca di quelli che nel frattempo, dagli Anni Novanta agli anni Dieci, sono diventati bancari, pubblicitari, contabili, politici e ottimi commerciali che venderebbero pure la madre per una provvigione in più. Quel no future ora ha un sapore amaro, ma non l'amaro godibile di una birra (e che sia artigianale eh, mi raccomando!), piuttosto l'amaro che fa ribrezzo, quello che nasce dai propri ideali persi, svaniti, fagocitati e defecati dal sistema. Quale sistema? Non è dato saperlo. O forse si è deciso intenzionalmente di non volerlo sapere. Che a scavare troppo si rischia di capire che il sistema siamo noi e che siamo stati noi a uccidere quel no future, mutato ora in un ok future fastidioso ma comodo. In fondo è ancora più che valido uno dei monologhi più illuminanti dei Nineties: Scegliete la vita, scegliete un lavoro, scegliete una carriera, scegliete la famiglia, scegliete un maxitelesore del cazzo, sce-

gliete lavatrice, macchina, lettore cd e apriscatole elettrici. Scegliete la buona salute, il colesterolo basso e la polizza vita; scegliete mutuo a interessi fissi, scegliete una prima casa...

UVA. Una Vita Altrove è il romanzo attuale della Generazione X, la generazione dell'incognita. Quella X tanto illuminante quanto pesante: eccoci, non possiamo (o non vogliamo?) essere definiti, ci sta bene così, siamo una lcs. Noi non ci siamo riusciti, risolvete la voi l'equazione se ne siete capaci.

UVA. Una Vita Altrove è il romanzo che mancava. Fuori dai perbenismi e con uno sguardo dall'alto dell'esperienza di chi certe situazioni le ha vissute (e ci ha lasciato un pezzo d'anima), Giovanni Capotombolo costruisce una storia che parte dalla scoperta dei Sex Pistols e attraversa circa un ventennio a suon di musica. Una canzone fa da sottotitolo a ogni capitolo, con tanto di playlist ascoltabile da Spotify. Ma di brani ce ne sono a decine, il testo suda sonorità ad ogni capo riga.

Chi appartiene alla generazione X non farà fatica a immedesimarsi nei personaggi, nel protagonista UVA in primis, ma anche in tutti gli altri, compreso lo scapestrato e vagabondo Wally, l'unico che, apparentemente, sembra aver mantenuto il suo credo anche dopo i vent'anni che hanno cambiato tutto (Scegliete il futuro, scegliete la vita) e che per questo, se all'inizio sembra il vincente, colui che ha capito che il mondo va succhiato e non subito, alla fine, proprio perché fermo ai principi di vent'anni prima, diventa il perdente, quello che non è stato capace di costruire (apparentemente) nulla nella vita. Ma il punto è: chi lo dice che si deve costruire qualcosa per stare bene?







Ferrara - Foto di Andrea Capponi



# Pestoni e carezze

PENSIERI IN ORDINE SPARSO

## Le opinioni di Ciccilla

Charlie Del Buono

Quando sono in località che non conosco ed ho voglia di mangiare qualcosa, come la maggior parte delle persone, mi documento un po' sul web riguardo ciò che si dice relativamente a ristoranti, trattorie e locali della zona. Di base è un buon modo per avere una idea, seppur vaga, di ciò che si potrebbe trovare una volta varcata la porta del locale a patto che le informazioni reperite in rete vengano filtrate e non prese come Vangelo. D'altronde chi si fiderebbe ad occhi chiusi di una internauta, diciamo Ciccilla85 (nome di fantasia anche se non escludo che qualcuno, nel modo dei social, possa essersi scelto tal nickname) di cui non si conoscono gusti, abitudini e, soprattutto, competenze per esprimere giudizi? Leggendo molte recensioni sul web si può notare come la maggior parte delle persone non esprima pareri (cosa ovviamente legittima) ma dia giudizi, valutando con un immaginario taccuino location, menù, garbo delle maestranze e conto proprio come se fosse in quel celebre show dello chef occhialuto e lungo-crinuto. Nello show in questione, pur presupponendo che ci sia anche un po' di fiction all'interno, come in tutte le trasmissioni presunte reality, va comunque sottolineato che chi esprime giudizi ha la giusta competenza per farlo, è in possesso di un background lavorativo che gli permette di effettuare valutazioni attendibili. Potremmo dire lo stesso della Ciccilla85 di cui sopra la quale, ipotizziamo, nella vita sia una affermata broker finanziaria e, durante la settimana, accenda il gas solo per farsi il caffè? Direi di no, ma andiamo oltre.

Una volta scelta una rosa di almeno tre posti dove poter, potenzialmente, mangiare, il passo successivo che compio è quello di andare a leggere le recensioni negative (tutti i ristoranti-trattoria ne hanno qualcuna) proprio per cercare di capire cosa è che di quei posti non è andato a genio agli internauti. Frequentemente mi capita di leggere che i giudizi negativi non riguardano tanto la qualità del cibo servito, come la logica farebbe presupporre, quanto i tempi di attesa per il pasto e l'ammontare del conto finale. Davvero è così degno di nota, oggetto di critica, se non proprio scherno, attendere un po' di tempo tra una portata e l'altra soprattutto se si è a cena fuori per diletto ed in un contesto di convivialità? Cosa mai cambierà nella vita di Ciccilla85 se uscirà dal ristorante 30 minuti dopo rispetto a quanto aveva ipotizzato? Andiamo oltre.

Per quanto poi attiene il conto da pagare la situazione è ancora più bizzarra poiché nel menù che viene consegnato nel momento in cui ci si siede a tavola i prezzi sono evidenziati onde evitare sorprese. L'unico requisito che si chiede ai Ciccilli di turno è quello di saper leggere. Chiaramente il cibo, se è di qualità, ha un costo, al quale si somma il costo del lavoro di chi ti cucina il piatto e di chi te lo serve a tavola; esistono ristoranti per tutte le tasche, pertanto, prima di scegliere dove andare sarebbe il caso di frugare nelle proprie e valutare dove è opportuno mangiare.

Io, che lavoro come impiegato in una nota azienda di trasporti, che cucino per me stesso (e molto raramente per chi ha voglia di azzardare) piatti semplici senza svolazzi "cracchiani" o pretese pentastellate e che quindi ho un know-how sull'argomento cibo & cucina abbastanza basico, onde evitare di trasformarmi in Ciccillo72 (di sicuro esisterà anche un internauta con questo nome) mi sono dato la seguente regola: nel caso in cui abbia voglia di recensire un ristorante, presupponendo con un picco di egocentrismo che la mia opinione interessi a qualcun altro, scrivo soltanto se il posto ed il pasto sono stati di mio gradimento. Lo faccio perché credo che se qualcosa è andato storto durante la serata potrebbe essere dipeso da una situazione eccezionale che non meriti di essere elevata a stigma, lo faccio perché sono convinto che dietro a qualsiasi eventuale errore c'è qualcuno che sta lavorando e che può sbagliare ma soprattutto perché se qualcuno valutasse negativamente il mio lavoro e lo facesse in maniera superficiale, senza uno straccio di competenza e con una boria spaziale mi girerebbero molto i coglioni.

"Non fare agli altri ciò che ti riempirebbe di ira se fatto a te dagli altri", così recitava una regola d'oro della filosofia greca che ovviamente ho trovato sul web sgoogolando alla ricerca della paternità della frase "Non fare agli altri ciò che non vorresti venisse fatto a te". Ero convinto che la paternità della frase fosse Gesù Cristo o di un equivalente super-eroe della Marvel ma pare che non sia così. In effetti Catechismo e Fumetti non son mai stati i miei cavalli di battaglia. Ci sta!



Lago Trasimeno - Foto di Charlie Del Buono



Mantova - Foto di Charlie Del Buono