

CONCORSO PER UN TEMA D'ITALIANO: "L'ITALIA PAESE DI BENGODI"

Siamo nel 300, nel Basso Medioevo e un movimento culturale pone l'essere umano al centro della produzione artistica e letteraria.

Si sta preparando la strada al Rinascimento.

Boccaccio, un poeta ben più terrestre del suo collega contemporaneo Dante, denuncia i problemi della sua epoca, parla di vita, di bene e male e di ogni afflizione. «*Umana cosa è aver compassione degli afflitti*» e di cibo.

Nella novella di "*Calandrino e l'elitropia*", la terza dell'ottava giornata, in cui si narrano storie di beffe, il cibo è legato, però, all'ingordigia, all'avidità.

Qui, Maso, personaggio ingannatore della novella, racconta del Paese di Bengodi, un paradiso gastronomico, un luogo soprannaturale e magico, dove il vino scorre a fiumi, con montagne di parmigiano e maccheroni, le vigne si legano con le salsicce e si mangiano capponi arrosto. Un' utopia gastronomica, insomma.

"In una contrada che si chiamava Bengodi [...] eravi una montagna tutta di formaggio parmigiano grattugiato, sopra la quale stavan genti che niuna altra cosa facevan che far maccheroni"

Nella fantasia popolare è come il Paese di Cuccagna che nasce come risposta sociale alle condizioni precarie delle classi più disagiate. Il sogno di un paese in cui tutti godono perché hanno a propria disposizione, qualsiasi cosa desiderino: abiti, cibo, bellezza e giovinezza.

Quando penso alle carestie e alla povertà alimentare di quel tempo, non posso evitare di pensare che anche oggi ci sono luoghi dove l'accesso al cibo non è scontato. Penso alle zone di guerra del nostro tempo, dove la fame uccide più delle armi.

Mi addolora profondamente avere la consapevolezza di come il cibo sia un bisogno primario, e come, nello stesso tempo, molti esseri umani ne siano privati.

Ed é una privazione su più livelli, perché il cibo non è solo qualcosa di materiale, ma crea e nutre uno spazio emozionale, come quando registra un ricordo, un legame, una persona, un luogo... anche se parliamo di un semplice piatto.

Il cibo e l'alimentazione sono fondamentali per il benessere fisico e mentale e ogni ricetta ha una storia da raccontare, una storia che nutre l'anima ancor più di quanto facciano i principi nutritivi.

La cucina italiana, da poco entrata a far parte del patrimonio immateriale dell' Unesco, è considerata come pratica sociale, trasmissione di saperi, legame intergenerazionale, sostenibilità e cura di sé, del territorio e degli altri. Parole molto accurate, ma in fin dei conti chi è italiano sa che l'atto del mangiare è di per sé arte.

Un'arte lenta, come la cottura del ragù che proprio grazie a quella lentezza sprigiona aromi e chiama i più golosi per una veloce scarpetta, magari senza essere scoperti dalla nonna.

Un'arte colorata come tutti gli ingredienti sgargianti che riempiono le tavolate domenicali. Un'arte fatta di mani, perché a nonna l'impasto bastava toccarlo per capire se fosse perfetto.

Un'arte fondata su un sistema di interazioni tra l'ambiente naturale e i fattori umani che dà luogo a elementi di diversità e specificità dei prodotti alimentari che ne derivano.

Un'arte così forte che tutto il mondo prova a replicare la nostra cultura culinaria, famosa per la tipicità, la varietà e la versatilità: da piatti veloci a piatti lenti, da pietanze realizzate con ingredienti costosi a quelli realizzati con gli scarti, da piatti super ricchi di proteine animali a quelli adatti per diete vegane e vegetariane.

Onestamente odio sentire il termine "*piatto povero*".

Nella cultura pugliese, la cucina viene considerata povera. I cibi tipici pugliesi includono primi come le orecchiette con cime di rapa, fave e cicoria, e la tiella di riso, patate e cozze, mentre tra i secondi spiccano le bombette pugliesi e il capocollo di Martina Franca: street food e contorni che includono le polpette di pane, i taralli, i panzerotti e la focaccia barese. Piatti "*poveri*" poiché realizzati con ingredienti semplici, nell'umiltà delle cucine governate da mamme e nonne per le quali le ricette erano un tutt'uno con l'anima. Pietanze ricche di amore per la cucina e per la famiglia, pietanze, ricche anche di sofferenza, di nostalgia. Una nostalgia dolce, però, quella che richiami quando hai un momento in cui sei così sopraffatto da tutto che hai bisogno di un rifugio.

Amo sentire quelle parole dolci legate al cibo che si dicono nei momenti d'intimità delle case in quelle condivisioni così profonde che mi sento quasi in dovere di citarne alcune:

“Questo profumo mi fa pensare a mia nonna che nonostante le rughe aveva quel sorriso brillante quando cucinava”.

“Le preparava sempre con il sorriso, dando quel tocco d’amore che serviva per renderle più buone”.

“Se sento il profumo, ripenso subito a mia nonna”.

“È come se il mio pensiero mi trasportasse nei momenti in cui mio nonno me lo preparava con la sua gentilezza e il suo buon umore”.

Alla fine, però, quello che resta del cibo é memoria che ci invita a fermarci nello spazio del ricordo mentre fuori tutto corre troppo in fretta.