

# Tutta la vita in un piatto

Marcel Proust, Oliver Sacks e i miracoli del tempo

*Un piatto e la memoria per tramandare un'intera comunità*  
di Antonino Cannavacciuolo (*Repubblica* 29/08/2016)

NEL dolore delle vittime e dei superstiti del terremoto mi rivedo a cinque anni, quando ci fu il terremoto dell'Irpinia. Non ricordo molto, se non le braccia di mio padre e la forza con cui mi sollevarono prima di scappare fuori. Ricordo il suo spavento. Quella notte la passammo all'aperto, come tutti. Fu difficile. La casa dove abitavamo rimase inagibile per molti anni. Restammo a lungo ospiti da parenti in montagna.

Le disgrazie distruggono le comunità e, con esse, i loro simboli. Fanno crollare case, scuole, ospedali, alberghi, chiese. Anche questa volta, il terremoto che ha colpito il Centro Italia sembra aver distrutto quasi tutto. Un simbolo, semplice solo all'apparenza, si è però salvato: è il cibo.

*Un piatto e la memoria per tramandare un'intera comunità*  
di Antonino Cannavacciuolo (Repubblica 29/08/2016)

L'amatriciana, il piatto che prende il nome da uno dei comuni più colpiti dal sisma, oggi è un messaggio molto potente. Sappiamo tutti che il cibo fa parte della nostra vita quotidiana. Non è solo nutrimento, è anche storia e memoria. L'amatriciana è proprio questo: un piatto semplice e popolare che porta con sé la storia della gente che l'ha creato, le tradizioni dell'antica cucina agreste. Con i suoi ingredienti e le varianti delle sue preparazioni, è diventato patrimonio di tutti. Così la forza della cucina si rivela anche nella sua capacità di tramandare di generazione in generazione il legame tra i territori e le comunità che li abitano. Ho visto che ieri in piazza a Torino, alla "amatriciana solidale" organizzata dalla Protezione Civile per le vittime del terremoto, c'erano migliaia di persone in coda a testimoniare la forza della pratica della cucina di casa. Cucinare, quindi, è anche tramandare memoria della creatività popolana. In questi giorni, nelle nostre cucine familiari, dovremmo insegnare ai bambini i piatti delle nostre tradizioni. Sarebbe un modo per ricordarci che il nostro Paese è fatto di comunità, di usanze e di territori. Questo è il momento del dolore e dell'apprensione. Bisognerà rimboccarsi le maniche e mettersi al lavoro, perché è solo con l'impegno quotidiano, duraturo, che si potrà ricostruire. A partire da un piatto da tramandare da oggi in poi ai più piccoli. Un ponte dal lutto del presente verso il futuro.

**Questa ricetta è stata recentemente tutelata dal Comune di Amatrice con un marchio di origine.**

1. Spaghetti: 400 grammi.
2. Guanciale (di Amatrice): 100 grammi.
3. Pecorino (di Amatrice): 75 grammi.
4. Pomodoro San Marzano: 350 grammi.
5. Olio extra vergine d'Oliva: 1 cucchiaio.
6. Vino Bianco Secco: 50 ml.
7. Sale, Pepe: q.b.
8. Peperoncino: 1.



## Le 5 pubblicità più imbarazzanti mai fatte dagli chef

### #2 CRACCO E LE PATATINE SAN CARLO



François Truffaut, *Effetto notte* (1973)



# Dizionario della lingua italiana Treccani

## FOODING

**fooding** s. m. *inv.* Tendenza del gusto e del benessere che consiglia di mangiare cibi genuini e appetitosi in ambienti confortevoli e con accompagnamento di musica d'atmosfera, in contrapposizione alla cultura del fast food. ♦ Le estetiche insalate zen e i minuscoli sformati di verdure rispondono perfettamente al concetto di «fooding» (dall'inglese, mix di food e feeling, più o meno «l'arte di nutrirsi con sentimento») che tanto piace ai bobo. (C. Ni., *Corriere della sera*, 9 dicembre 2000, p. 57, *Tempo libero*) • [tit.] *Cibo sì ma con sentimento / il «fooding» conquista tutti.* [testo] *lunga vita al fooding, mix di food e feeling, cibo e sentimento, una delle tendenze cultural-gastronomiche che stanno dilagando da una parte all'altra dell'oceano in questo inizio di millennio. La ricetta è semplice e coinvolgente: un piatto di cucina appagante e leggera, un bicchiere di buon vino, un ambiente rilassante, familiare, accompagnato dal tappeto sonoro scelto dalla crème dei dj di musica «ambient».* (Licia Granello, *Repubblica*, 7 gennaio 2001, p. 25, *Cronaca*).

Dall'ingl. *fooding*, a sua volta composto dai s. *food* ('cibo') e (*feel*)*ing* ('sensazione').



Cyber Egg di Davide Scapin





- «Ogni grande giorno ha una sua vigilia, che azzera le lancette del tempo prima di farle ripartire per un nuovo giro. È molto più di una sospensione. È una *suspense*. È l'attesa che diventa rito e rigenera le nostre esistenze. È un po' come nutrirsi della sostanza del tempo».

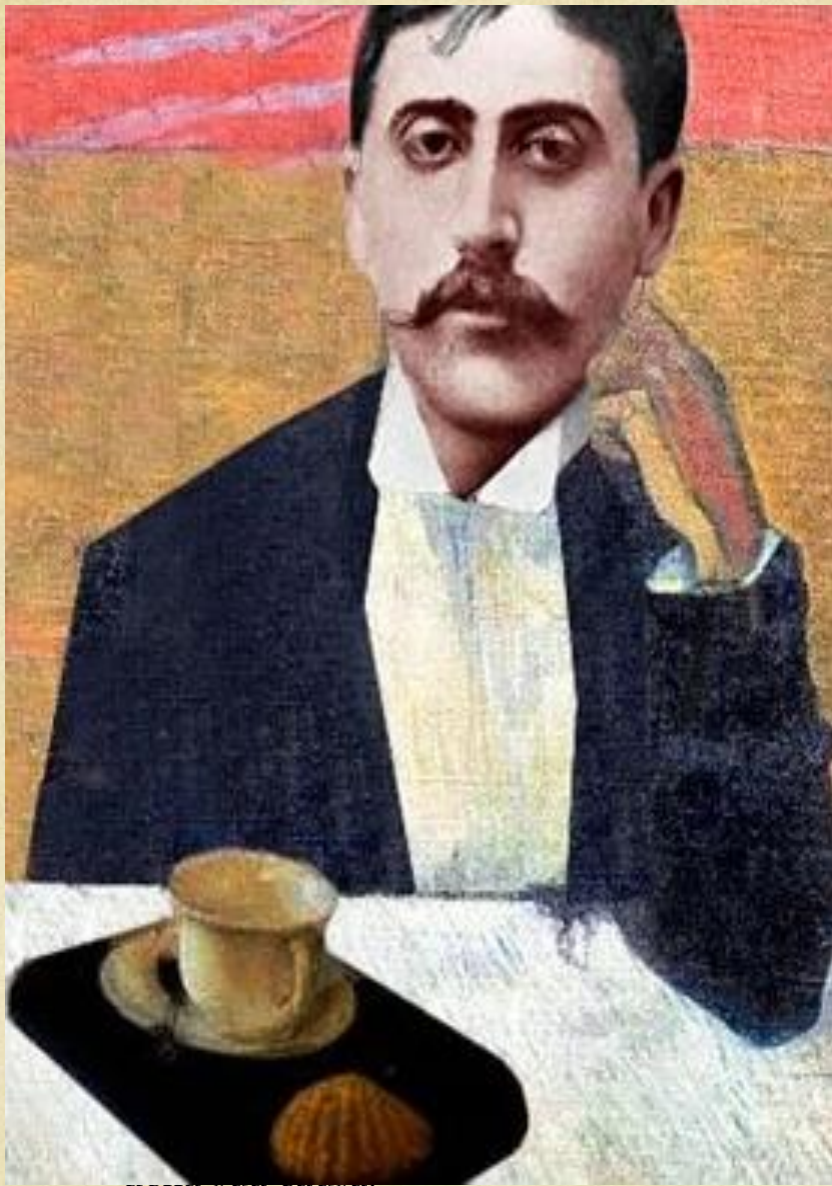
M. Niola, *Non tutto fa brodo*, il Mulino, Bologna 2012, p. 91

# Gefilte fish



- «Usava soprattutto la carpa, a cui aggiungeva il luccio, il coregone e a volte il persico o il muggine (il pescivendolo ci consegnava i pesci vivi, che ancora nuotavano in un secchio d'acqua). Il pesce doveva essere spellato, spinato e macinato: avevamo un enorme tritatutto di metallo attaccato al tavolo della cucina, e a volte mia madre mi lasciava girare la manovella. Poi mescolavamo il pesce tritato con l'uovo, il pane azzimo e lo zucchero (i lituani, mi hanno detto, usano più pepe, e lei lo faceva così perché mio padre era nato in Lituania)».

Oliver Sacks, *Tutta la vita in un piatto*  
Internazionale n° 11220 - 2015



Di colpo mi aveva reso indifferenti le vicissitudini della vita, inoffensivi i suoi disastri, illusoria la sua brevità, agendo nello stesso modo dell'amore, colmandomi di un'essenza preziosa: o meglio, quell'essenza non era dentro di me, io ero quell'essenza. Avevo smesso di sentirmi mediocre, contingente mortale. Da dove era potuta giungermi una gioia così potente? Sentivo che era legata al sapore del tè e del dolce, ma lo superava infinitamente, non doveva dividerne la natura. Da dove veniva? Cosa significava? Dove afferrarla? Bevo una seconda sorsata nella quale non trovo di più che nella prima, una terza che mi dà un po' meno della seconda».

Marcel Proust, *Alla ricerca del tempo perduto* (1913)