

IL CIBO È IMPORTANTE

Marco Capocasa^{1,2}

¹ Istituto Italiano di Antropologia

Le tradizioni alimentari: uno sguardo antropologico

Le abitudini alimentari e culinarie rappresentano una ricca fonte di informazioni per comprendere culture e società. Innumerevoli forme di vita di origine animale o vegetale presenti sul nostro pianeta sono edibili, ma non tutte divengono fonte di cibo allo stesso livello in qualsiasi parte del mondo. Questo innanzitutto dipende dal fatto che, a differenza degli altri esseri viventi, l'uomo non si limita a reperire gli alimenti per l'esclusivo soddisfacimento dei fabbisogni nutrizionali quotidiani, ma li assume anche per il solo piacere di gustarli, e sceglie se consumarli crudi o cotti, più o meno conditi. E, quando li prepara, lo fa seguendo modalità e procedure che possono essere anche molto differenti in base alla cultura di appartenenza, sia per quanto riguarda i tipi di cottura (bollitura, frittura, al vapore, arrosto, alla griglia) sia per ciò che concerne i metodi di conservazione (affumicatura, salatura, essiccamento, refrigerazione, congelamento, sott'olio o sott'aceto). Per non parlare delle abitudini relative al consumo d'essi (utilizzando le mani, oppure utensili come forchette, cucchiari e coltelli, o bacchette per il cibo). Ogni cultura ha il proprio insieme di pietanze e i suoi membri hanno gusti condivisi circa ciò che considerano cibo e ciò che invece ritengono immangiabile, a prescindere dalla sua intrinseca commestibilità. Le ragioni che determinano queste scelte possono essere di varia origine. In alcuni casi si tratta di motivazioni religiose. Si pensi, per esempio, alla proibizione coranica dei cibi *Harām* (termine arabo che significa appunto "proibito"), come il maiale, il cinghiale e altri animali (per esempio leoni, gatti, cani e scimmie), e delle bevande alcoliche. Anche nel Vecchio Testamento vi sono precisi precetti riguardanti alimenti proibiti, tuttora seguiti dalla religione ebraica, riguardanti il divieto di consumare carne di maiale, oltre che di altri animali come i crostacei e i molluschi. Altrettanto noto è il divieto induista di macellare, e quindi consumare, la carne della mucca in quanto ritenuta un animale sacro.

¹ email: marco.capocasa@yahoo.it

² Marco Capocasa ringrazia Alessandra Guigoni, autrice del volume *Cibo identitario della Sardegna – Territori, tipicità e tradizionalità in cucina: ricette e menù* (Istituto Superiore Regionale Etnografico di Nuoro, 2019), per i suggerimenti forniti riguardo alle tradizioni gastronomiche delle minoranze linguistiche della Sardegna (sarda, tabarchina e catalana). Un ringraziamento particolare è rivolto ai membri di tutte le comunità oggetto di questo lavoro per le loro testimonianze orali riguardanti in particolare specifici aspetti delle tradizioni gastronomiche e per aver fornito alcune delle ricette riportate nel capitolo.

Oltre alle questioni religiose, vi sono chiaramente anche altre ragioni, che potremmo definire biologiche, per le quali in alcune culture determinati alimenti non vengono consumati. La percezione dei gusti (amaro, dolce, salato, acido e umami), ad esempio, è mediata da particolari recettori sparsi sulla superficie epiteliale di lingua, palato, laringe, faringe, epiglottide ed esofago. Prendiamo il coriandolo (*Coriandrum sativum*): esso ha un gusto che a molti risulta sgradevole, se non addirittura disgustoso; eppure è una delle piante aromatiche più utilizzate per condire alimenti, soprattutto nelle tradizioni culinarie asiatiche e in quella messicana. Fattori genetici sembrerebbero essere alla base di queste marcate differenze di percezione del gusto; pertanto, l'eterogeneità genetica fra gruppi etnoculturali può contribuire a differenti scelte alimentari, come nel caso del coriandolo (cfr. Lilli e El-Sohehy 2012).

Se ci si limitasse all'aspetto biologico si rischierebbe tuttavia di cadere in una interpretazione esclusivamente materialistica del cibo, considerato solo come un insieme di sostanze chimiche, i nutrienti, che devono essere assunti nelle giuste proporzioni dagli esseri umani, visti a loro volta come ulteriori insiemi di sostanze chimiche organizzate in sistemi fisiologici (cfr. Shapin 2014). Ma questo, se vogliamo, è un punto di vista che si ferma all'aspetto nutrizionale del cibo, secondo la definizione di nutrizione come "assimilazione da parte degli organismi viventi di sostanze che consentono loro di crescere, svilupparsi, sopravvivere e riprodursi" (cfr. Capocasa/Venier 2023: 7).

L'antropologia si rivolge invece più al versante alimentare che a quello nutrizionale, più alle preferenze e alle abitudini culinarie dei popoli che ai processi mediante i quali l'organismo ingerisce, assorbe, trasporta, utilizza carboidrati, proteine, grassi, vitamine e sali minerali. Si tratta di un interesse rintracciabile già agli albori della disciplina nella seconda metà dell'Ottocento, quando l'evoluzionismo culturale unilineare è ancora il paradigma teorico dominante, finalizzato inizialmente soprattutto alla comprensione di come le decisioni alimentari che gli esseri umani compiono siano utili per capire quanto esprimono il "grado di civiltà" delle loro comunità di appartenenza. Nel 1888 viene pubblicato il primo volume della rivista *American Anthropologist*, nel quale è possibile reperire il lavoro di Garrick Mallery *Manners and meals*. In questo articolo l'etnologo americano del Bureau of American Ethnology afferma che "Brutes feed. The best barbarian only eats. Only the cultured man can dine" (cfr. Mallery 1888: 195; trad. it. mia: "I bruti si nutrono. I migliori barbari mangiano solamente. Solo l'uomo colto può cenare"). Si tratta di una distinzione, ancora molto influenzata dall'evoluzionismo culturale del periodo, con la quale Mallery vuole esporre l'importanza della convivialità nel mondo "civilizzato", arrivando a citare lo scrittore inglese Theodore Hook e la sua affermazione della cena quale "grande teatro della vita londinese".

Già all'inizio del Novecento l'antropologia va progressivamente affrancandosi dall'evoluzionismo unilineare, e lo sguardo dalle pratiche culinarie e dalle scelte alimentari si sposta sempre di più verso altri aspetti. Nel 1921 Franz Boas, un pioniere dell'antropologia moderna, descrive dettagliatamente, nella sua *Ethnology of the Kwakiutl Indians*, i diversi modi di cucinare il salmone di questo popolo di nativi americani della Columbia britannica. Qualche decennio dopo, nel secondo dopoguerra,

Claude Lévi-Strauss (1965: 20) propone il concetto di “triangolo culinario”, ai vertici del quale si troverebbero tre differenti modalità di cottura dei cibi: arrosto, bollito e affumicato. Per l’antropologo francese arrostito è un modo “naturale” di cucinare il cibo, perché a diretto contatto con la fiamma e senza necessità di ricorrere a pentole o ad altri strumenti, mentre la bollitura è più “culturale”, in quanto richiede un contenitore nel quale far bollire l’acqua. L’affumicatura, invece, sarebbe una sorta di via di mezzo, in quanto prevede un contatto con il fuoco mediato dall’aria, ma ha tempi di cottura più lunghi rispetto all’arrosto e più vicini a quelli della bollitura. Secondo Lévi-Strauss “Ci sono dunque due motivi per porre l’arrosto dalla parte della natura e il bollito dalla parte della cultura. Un motivo reale, dal momento che il bollito richiede l’uso di un recipiente, che è un oggetto culturale; e un motivo simbolico, perché la cultura effettua la propria mediazione tra l’uomo e il mondo e perché anche la cottura per ebollizione effettua una mediazione, per mezzo dell’acqua, fra il cibo che l’uomo si incorpora e quell’altro elemento del mondo fisico che è il fuoco” (cfr. Lévi-Strauss 2010 [1968]: 430).

Seguendo questa ispirazione, qualche anno dopo anche l’antropologa britannica Mary Douglas dedicò attenzione all’alimentazione, per prima cosa andando alla ricerca della spiegazione dei tabù alimentari ebraici, e poi dedicandosi allo studio dei pasti come oggetto sociale (Douglas 1966, 1972).

Il pensiero dei due antropologi riguardo al cibo come elemento culturale costruttore dell’identità è stato recentemente ripreso anche da Piercarlo Grimaldi (2016: 26-27), per il quale “Se, come suggerito da Mary Douglas (1966), la gastronomia di una comunità è espressione della sua cosmologia, del suo modo di relazionarsi al trascendente e al mondo, Claude Lévi-Strauss (1965) ha messo in evidenza come lo studio dei metodi di cottura e preparazione del cibo possano essere letti come una fondamentale risorsa per comprendere il rapporto tra uomo e natura”.

Perché il cibo, la gastronomia, le abitudini alimentari in generale, sono così interessanti da un punto di vista antropologico? Innanzitutto, perché il cibo può essere visto come una potente metafora del sé e, al tempo stesso, del gruppo sociale di appartenenza. Come suggerito da Kenji Tierney ed Emiko Ohnuki-Tierney (2012), ciò dipende essenzialmente da due meccanismi interconnessi che assegnano al cibo un potere simbolico: il cibo è incorporato nel sé di ciascuno di noi e opera come una metonimia proprio per tale ragione; storicamente, il cibo è consumato collettivamente dai membri di una comunità, e ciò lo rende una metafora del “noi”. Questo doppio legame conferisce al cibo un potere simbolico per il sé collettivo, che contribuisce al consolidamento della comunità, a vari livelli.

Condividere il cibo, stare insieme a tavola, è una pratica istituzionalizzata praticamente in tutte le società umane, che però prende forme e modalità molto differenti.