

## Dall'astinenza alla lussuria

La dettagliata agenda dei sette giorni a digiuno dello scrittore americano Oakes, gli eccessi di Caligola e Nerone. Capire il paesaggio assaggiando un cibo, scoprire la cultura bevendo un drink, studiare l'economia gustando la zuppa di pesce. Infine, l'emozione della cucina di Enrico Bartolini

CARLO OTTAVIANO

**A** Scicli, paesino barocco del Val di Noto (più noto – ahinoi! – come la Vigata del Commissario Montalbano) il compatrono San Bartolomeo non si sa bene se è santo per aver resistito al vizio della gola durante la quaresima o – al contrario – per aver magnificato i ravioli in un'altra occasione. Nella tela che lo raffigura nella Chiesa Madre viene dipinto capace di resistere nei 40 giorni antecedenti la Pasqua a un goloso piatto fumante posto sadicamente dinanzi all'inginocchiatoio. Quale sia il motivo della santità, a lui ho pensato leggendo le quasi 400 interessantissime pagine di Jonh Oakes, autore de **Il digiuno. Storia, scienza e filosofia del fare a meno**. Un libro assolutamente intrigante, già per la scelta dello scrittore americano che nella primavera dei suoi sessant'anni, ha deciso di fermarsi, smettendo per sette giorni di mangiare. Nel libro racconta il dettaglio dell'intera settimana, impiegata esplorando una pratica ancestrale e eterna che non ha mai smesso di affascinare le coscienze umane. Se oggi pensiamo principalmente al digiuno come scelta per salvaguardare la salute o migliorare l'aspetto fisico, Oakes ci ricorda invece antiche pratiche ascetiche, cita Ghandi, Budda e Cristo. Ma anche chi ha spettacolarizzato i digiuni chiedendo soldi per l'esibizione (come il romagnolo dell'Ottocento Giovanni Succi). Pagine, quindi, godibilissime e profonde.

Evviva le contraddizioni e le contrapposizioni. Così, dopo il digiuno, vi proponiamo la **Luxuria**, titolo del saggio della docente di letteratura latina Francesca Romana Berno. Racconta di Lucullo e Cleopatra, di Caligola e Nerone, di sontuosi banchetti, ville meravigliose, amene località di vacanza e dei palazzi del potere. Una miniera di aneddoti vivaci e divertenti che "ci dimostra come la letteratura latina è morta e polverosa solo per chi la considera tale". A cavallo tra il poco e la lussuria c'è il **Brodetto**, la zuppa di pesce inventata dai pescatori dell'Adriatico che cucinavano gli scarti e l'invenduto. Oggi è un piatto diventato ricco (con crostacei e pesci costosi). La Confraternita

del brodetto di Fano ha pubblicato un libro che è di storia ed economia, di ricordi e letteratura. Cultura materiale, dicono alcuni.

E così, dalle lezioni di storia e filosofia, siamo passati all'ora di geografia (che è ben più dei nomi delle capitali e delle montagne). Massimo Montanari in **Geografia del gusto** spiega perfettamente che in "ogni sapore si nasconde una dimensione geografica e in ogni ricetta c'è una mappa che descrive un luogo, la sua storia, il suo spirito irripetibile". Uno dei massimi esperti mondiali della storia dell'alimentazione dimostra che "il cibo è un sistema di valori culturali e una sorta di grammatica della natura: non basta assaggiare un piatto per comprenderlo appieno, così come a uno sguardo distratto sfugge il significato profondo di un paesaggio". "Capire un paesaggio – aggiunge – significa leggere nel cibo i segni della storia, e l'esperienza gustativa si esalta quando sappiamo scorgere nel territorio le tracce di chi lo ha abitato, coltivato, trasformato".

In questi giorni di vacanza, varrebbe la pena portare in viaggio oltre i baedeker turistici anche l'agile libro di Montanari perché "per capire un Paese bisogna assaggiarlo". Se proprio una guida vogliamo mettere nel bagaglio, perché non **Spirits dei luoghi. Saperi, storia e cultura** di Federico Silvio Bellanca? È un atlante ricchissimo di aneddoti e di spirito: quello nel bicchiere e quello degli uomini che amano bere bene (e consapevolmente). Le pagine del libro ci portano dai whisky della Scozia ai mitici bar frequentati da Hemingway e ai suoi aperitivi, dagli iconici hotel dei film alle vinerie dove sono stati inventati grandi cocktail.

Per finire un viaggio nel "progetto" di cucina di Enrico Bartolini, uno dei giganti della cucina contemporanea italiana. Il suo ristorante principale è all'interno del magnifico museo di arte contemporanea **Mudec** di Milano, che è anche il titolo del libro. Non solo libro di ricette ma uno straordinario indagare nel perché di certe scelte di gusto e (anche) di carriera dello chef che celebra i 30 anni di attività.

● ● VETRINA FOOD

JOHN OAKES

**Il digiuno**

*ilSaggiatore, 2025*

pp. 400, euro 29,00

"Il digiuno si traduce in una riduzione del "fare", ma questa riduzione del fare è radicale. Si aggiunge sottraendo. Non si trasforma il mondo e neppure i mutamenti del corpo sono particolarmente duraturi. Tutto ciò che accade e che ha un effetto dirompente sul tuo modo di vedere la vita di tutti i giorni e quello che è necessario per sostenerla".



FRANCESCA ROMANA BERNO

**Luxuria**

*Salerno Editrice, 2025*

pp. 170, euro 17,00

"Luxuria non è solo un vizio; è una malattia, un virus, un mostro che incombe sulla nostra serenità e rischia di distruggerci: eppure anche dai quadri più foschi emergono spunti divertenti e ironici, perché su tutto emerge la consapevolezza della brevità dell'esistenza e la necessità di valorizzarla al meglio senza drammi esagerati".



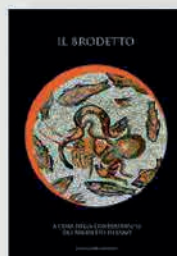
AA.VV.

**Il brodetto**

*Ideostanmpa edizioni, 2024*

pp. 204 - s.i.p.

"Un viaggio tra le antiche tradizioni alimentari della costa adriatica marchigiana. Attraverso ricettari, documenti e preziose testimonianze, il libro celebra il legame tra il mare e i suoi pescatori, valorizzando il pesce dell'Adriatico e la cultura che lo accompagna".



MASSIMO MONTANARI

**Geografia del gusto**

*Touring Club, 2025*

pp. 94, euro 16,00

"È il legame ombelicale con i territori a rendere unica la cultura italiana. Nessun museo di nessuna città può dirsi compiutamente rappresentativo della straordinaria diversità di espressioni artistiche che si incontrano in ogni angolo del Paese".



FEDERICO SILVIO BELLANCA

**Spirits dei luoghi**

*Dario Flaccovio, 2025*

pp. 236, euro 26,00

"Non c'è viaggio possibile senza una mappa. Una mappa che permette di riorientarsi e costruirsi dei percorsi di senso, di racconti, esattamente come in un saggio o in un romanzo, che da un lato provano a descrivere il reale e dall'altro promettono immaginarie avventure possibili".



ENRICO BARTOLINI

**Al Mudec**

*24 Ore Cultura, 2025*

pp.158, euro 30,00

"Quasi come un concerto, all'ospite al tavolo si può dare un'emozione indimenticabile. Grande come la preparazione necessaria che ci sta dietro. Non improvvisazioni, seppure l'approccio abbia in sottofondo un fiero spirito jazz".

