

CONSIGLI DI ALIMENTAZIONE

Ricette di famiglia tra storie e ricordi

"Il pranzo della domenica" è il titolo di un nuovo libro che accompagna il lettore in tutta l'Italia attraverso i racconti delle nonne e dei loro piatti, che testimoniano come il cibo sia anche memoria, identità e amore

a cura di
Anna Fregonara
2voltesano.com



GUSTI CHE UNISCONO Al centro, Daniele De Michele, 50 anni, scrittore, artista e performer che ha messo il cibo al centro del suo lavoro, impegnato ai fornelli. Come DonPasta, il suo nome d'arte, ha scritto il libro "Il pranzo della domenica" (il Saggiatore, € 18, sopra), un omaggio alla cucina e alle tradizioni italiane nel quale ci porta in viaggio, dal Nord al Sud del Paese, facendoci conoscere piatti e storie delle nostre nonne.

Il babà di Ornella, il baccalà mantecato di Vanda, i cavatelli di Maria. Attraverso tante storie di nonne e di cucina, DonPasta, autore de *Il pranzo della domenica* (il Saggiatore, € 18), ci fa percorrere l'Italia da Nord a Sud. DonPasta è, in realtà, il nome d'arte di Daniele De Michele, scrittore, artista e performer che ha messo al centro del suo lavoro proprio il cibo, come ha fatto, per esempio, per il documentario realizzato per la Rai dal titolo *I villani*. Questo libro è un



omaggio alla cucina italiana come patrimonio culturale e affettivo, un inno alla condivisione e alla convivialità, alle tradizioni che ci legano al passato e ci proiettano nel futuro. DonPasta, infatti, ci ricorda che il cibo è molto più di semplice nutrimento: è memoria, identità, amore. «Immaginate una grande teglia, da almeno 50 centimetri di diametro», scrive l'autore. «Al suo interno, tante montagnette di pasta lievitata, collegate come un rizoma, imbevute in una bagna di rum. Ogni montagnetta è riempita di crema pasticciere. Sembra un monumento tribale, un oggetto misterioso che viene da tempi lontani. È una delle cose più buone che abbia mai mangiato, il babà di Ornella. Non il babà napoletano, ma il babà di Ornella, uno sproposito, una scultura perfetta. Il processo per farlo dura un'intera giornata. L'impasto, la continua rottura della lievitazione, il forno, la bagna, la crema. Nella cucina di

Ornella, sono tutti indaffarati su diverse cotture contemporanee, ma il perno di ogni movimento è il babà. Ogni gesto è un pensiero al suo Mario. In uno dei rari momenti di attesa, si posa su un muretto vicino al forno. «Lui era figlio di un industriale, io figlia di contadini, questo matrimonio non si doveva fare, però lo abbiamo fatto». In questo intrecciarsi di tradizioni in cucina e vita quotidiana, l'autore porta il lettore dalle colline dell'Irpinia alle campagne mantovane, dalle monta-

gne siciliane ai caruggi di Genova. Qui, in Liguria, per esempio, la fa da padrona la panissa: «I ceci si fanno seccare e si macinano come il grano. La panissa è stato il pane dei poveri», scrive DonPasta. «La signora Bruna mescola in acqua già calda 300 g di farina di ceci per un litro di acqua. Gira sino a che non si attacca a lati e sul fondo. La consistenza la devi indovinare: bisogna che non ci siano nodini, altrimenti si sentono quando si mangia. Finita la cottura, si travasa l'impasto su una spianatoia a raffreddare. Bruna inizia a tagliare a listarelle le fettine di panissa, una parte verrà frita, l'altra in insalata». **Non bisogna aspettarsi le classiche ricette, ma il racconto di piatti classici perché DonPasta scava nel passato condiviso**, cogliendo l'essenza antropologica di ogni pietanza, il suo legame con la terra, la storia, l'identità di un popolo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Sapere&Sapori MERAVIGLIE AL CIOCCOLATO

Regalo originale per il cenone di Capodanno? Un'idea è il fiocco di neve di cioccolato di Charlotte Dusart (a sin.), la cioccolatiere belga fondatrice dell'omonima linea di cioccolato e proprietaria della boutique milanese di via Eustachi. Ha richiesto diversi mesi di studio e di progettazione, ma l'effetto sorpresa è assicurato. Al momento di riceverlo nella sua elegante scatola si scoprirà sin dal primo morso un insospettabile ripieno di cremino di pistacchio e lampone (€ 28). Per un centrotavola a effetto, invece, Charlotte propone l'Orso polare (a ds.): in cioccolato fondente ricoperto da uno strato sottile di cioccolato bianco, appoggia su un cassetto apribile pieno di stelline al gianduia e al cremino di pistacchio (€ 42).

