



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

**Dipartimento di Agronomia, Animali, Alimenti, Risorse naturali e
Ambiente**

Corso di laurea in Scienze e Cultura della Gastronomia

Tesi di laurea

**IL RUOLO DEI PRODOTTI ANTICHI NELLA
CUCINA ITALIANA CONTEMPORANEA:
DALL'INNOVAZIONE ALLA RISCOPERTA
DELLE ORIGINI**

**THE ROLE OF ANCIENT PRODUCTS IN
CONTEMPORARY ITALIAN CUISINE: FROM
INNOVATION TO REDISCOVERING THE
ORIGINS**

Relatore
Prof. Enrico Zucchi

Laureando: Antonio Morena
Matricola: 2023897

Anno Accademico 2024/2025

IL RUOLO DEI PRODOTTI ANTICHI NELLA CUCINA ITALIANA CONTEMPORANEA: DALL'INNOVAZIONE ALLA RISCOPERTA DELLE ORIGINI

Introduzione.....	2
1. LA CUCINA TRADIZIONALE ITALIANA DI OGGI.....	4
1.1 La cucina tipica italiana.....	4
1.2 Origine, identità, radici e territorio.....	6
1.3 La cucina tipica basata su prodotti importati: il caso della polenta e della pasta al pomodoro.....	8
1.3.1 Il caso della polenta.....	9
1.3.2 Il caso della pasta al pomodoro.....	14
1.4 Il paradosso della globalizzazione: lo studio di Massimo Montanari ne <i>Il cibo come cultura</i>	20
2. GRANI ANTICHI E GRANI MODERNI: EVOLUZIONE, FAKE NEWS ED ESPERIENZE SUL CAMPO.....	24
2.1 Distinzione tra grani antichi e grani moderni: storia, nutrizione e glutine.....	24
2.2 La riscoperta dei grani antichi e la pubblicità ingannevole: quanto c'è di vero?.....	32
2.3 Esperienza sul campo: intervista al Dott. Riccardo Di Novella sui grani antichi e moderni.....	34
CONCLUSIONI.....	41
ABSTRACT.....	43
BIBLIOGRAFIA.....	44
SITOGRAFIA.....	46

INTRODUZIONE

Nel seguente lavoro analizzeremo i fattori culturali che, partendo dal definire il significato di termini tanto dibattuti come origine, identità, radici e territorio, portano all'assimilazione nella dieta tipica della nostra comunità ingredienti provenienti da diverse parti del mondo, facendoli diventare simboli identitari. Verranno presi in considerazione i casi studio della polenta di mais e della pasta al pomodoro, andando a ripercorrere le tappe storiche che hanno portato alla loro timida introduzione e definitiva consacrazione come piatti tipici e identitari, adattandosi a ricette e tecniche già consolidate nelle tradizioni italiane. In seguito, analizzeremo quanto detto da Massimo Montanari nell'opera *Il cibo come cultura* riguardo al cosiddetto "paradosso della globalizzazione". Attraverso il paradosso, Montanari dimostra come la ricerca dell'esotico, caratteristica dei secoli precedenti, sia ormai diventata superflua per dar spazio a una ricerca, a volte quasi smisurata, concentrata maggiormente sui prodotti locali e sul ritorno alle origini, ovvero la tendenza nel ricercare materie prime tipiche della tradizione culinaria italiana piuttosto che prodotti esotici ormai di facile reperibilità in seguito al fenomeno della globalizzazione. Dunque, ciò che rimane uguale, in accordo con Montanari, è la ricerca del diverso come segno di distinzione. Occorre precisare che la ripresa della ricerca delle materie prime tipiche e/o locali ha portato il consumatore a trovarsi di fronte ad una realtà: l'estinzione di specie vegetali antiche, come ad esempio le specie di grano. Tuttavia, la volontà di riprendere le tradizioni gastronomiche antiche ha portato alcuni teorici e studiosi a preservare e salvaguardare queste materie prime. Un esempio è l'attività svolta dal Dott. Riccardo Di Novella, Dottore in agronomia forestale e originario del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, che grazie alla sua attività ha riportato in commercio e in tavola specie di grani autoctoni del suo territorio, attraverso la salvaguardia e la rivalorizzazione di aree geografiche e sementi inutilizzate da tempo. Questa volontà, facilmente riscontrabile nella tendenza globale a valorizzare i prodotti attraverso l'utilizzo di diciture come 'prodotto a km 0', 'presidio di territorio' e molte altre, come conseguenza ha creato una tendenza definibile 'mitologica' che attribuisce ai grani antichi caratteristiche e qualità che li pongono sotto ogni punto di vista al di sopra dei grani moderni, spesso additati come un male da cui distanziarsi. Il lavoro ha l'obiettivo di dimostrare che la via giusta, come spesso accade, sta nel mezzo e che a nessuna delle due categorie è attribuibile un valore nettamente superiore o inferiore all'altro sotto ogni punto di vista. Tale dimostrazione si elaborerà attraverso numerose ricerche e la relativa analisi volta a 'smontare' molte *fake news* popolari negli ultimi anni, attraverso l'analisi di campagne pubblicitarie spesso poco trasparenti o fattuali nei confronti dei consumatori e attraverso

l'intervento del Dott. Di Novella. In quest'ultimo, il focus sarà in particolare su ciò che riguarda il contesto del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni e su quali sono, a suo parere, le vie da intraprendere per valorizzare il territorio e migliorare le tecniche di salvaguardia ambientali e di comunicazione con il consumatore, al fine di renderlo consapevole e autonomo nella scelta dei prodotti da acquistare.

1. LA CUCINA TRADIZIONALE ITALIANA DI OGGI

1.1 La cucina tipica italiana

Non si può iniziare a parlare di cucina tipica italiana senza dare un breve assaggio di quanto il cibo, e la funzione di convivialità che esso svolge, siano importanti per le famiglie italiane. Senza dubbio, il periodo di fame, descritta da Erri De Luca come «...la più umiliante condizione umana, maledizione che perseguita l'umanità dai suoi esordi...¹», ha fatto sì che, nel primo dopoguerra, il cibo venisse percepito in maniera diversa, in particolar modo da coloro che la fame l'hanno patita per davvero. Lo stesso De Luca precisa che la fame, quella vera, non va confusa con l'appetito: «... essa è come la guerra, un vicolo cieco in cui bisogna essere stati senza via d'uscita per sapere a cosa corrisponde²».

Tornando a parlare di cucina tipica, quella che oggi conosciamo come tale, per la maggior parte, viene fuori dal XVII secolo in poi; la stessa decantatissima Dieta Mediterranea viene divulgata negli anni '50 del XX secolo dal nutrizionista americano Ancel Keys, il quale la descrive come il modello alimentare delle popolazioni del bacino mediterraneo, peccando sicuramente di un po' di superficialità³.

La particolarità della cucina tipica italiana, a differenza di tante cucine tipiche estere, è quella di essere “frammentata”, di non essere universale e generale per l'intera penisola ma divisa in cucine regionali: ogni regione italiana, e spesso all'interno di esse ogni provincia e paesello, ha la propria cucina tipica e i propri prodotti tipici che differiscono da quelli delle altre per ingredienti e metodi di preparazione.

I criteri di valutazione del cibo sono variabili in base alle influenze dello spazio e del tempo; l'organo con il quale valutiamo il cibo non è la lingua, bensì il cervello: organo culturalmente e storicamente determinato⁴.

¹ DE LUCA Erri, *Spizzichi e Bocconi*, Milano, Feltrinelli. 2022, p. 6

² Ibidem

³ TETI Vito, *Dieta mediterranea. Realtà, mito, invenzione*, Roma, Treccani, 2024

⁴ MONTANARI Massimo, *Il cibo come cultura*, Bari, Laterza, 2006. P. 73

L'idea moderna di buona cucina sostiene che si debba rispettare, nei limiti del possibile, il sapore naturale di ciascun alimento⁵; in epoche precedenti, come quella rinascimentale, quella medievale e addirittura quella romana antica, era stato elaborato un sistema basato principalmente sull'artificio e sulla mescolanza dei sapori: tenere insieme più che separare⁶.

La cucina tipica italiana, dunque, è identificativa per regioni, città e paesini; ciò, con grande probabilità, è dovuto anche all'infinita biodiversità presente nel nostro paese, che ci permette di avere una varietà di ingredienti invidiabile a qualsiasi altra area del mondo. Nel corso dei secoli, in seguito a varie influenze dovute ad avvenimenti storici come guerre, importazioni e malattie alimentari, le preferenze gustative degli italiani sono variate sensibilmente: non è cambiato solo l'oggetto (i prodotti di oggi non sono più quelli di mille anni fa, pur avendo conservato il nome⁷) ma è cambiato soprattutto il soggetto (il consumatore non è più lo stesso e la sua educazione sensoriale è enormemente diversa)⁸. Volendo citare, a memoria, alcuni dei piatti e dei prodotti tipici italiani più conosciuti in Italia e all'estero (spesso diventati stereotipi di identificazione) sicuramente tra i primi a venirci in mente ci sarebbero la pasta al pomodoro, la polenta di mais, la pizza, il ragù, i tortellini e la mortadella bolognese, il Parmigiano Reggiano, la carbonara e molti altri. In seguito all'elenco appena fatto, è doveroso fare due precisazioni: la prima è che, oltre che piatti identificativi dell'italianità, alcuni di questi, come la pasta al pomodoro e il ragù, sono diventati veri e propri simboli della cultura italiana dello stare insieme a tavola e in cucina, in particolar modo per il rimando al pranzo domenicale. A prova di quanto appena detto, racconta la sua personalissima esperienza con il *rraù* il napoletano Erri De Luca, probabilmente rappresentativa dell'esperienza familiare in età infantile per la maggior parte dei campani, e non solo, di epoca recente:

La domenica andavamo a pranzo dalla mamma di mamma, nonna Emma. Lei e sua nuora Lillina, dal venerdì sera si alternavano presso la fiammella minima che asciugava il ragù, *rraù* in lingua e palato locale. Il nostro arrivo a mezzogiorno in anticamera era accolto da un grido di ragù dritto nel naso. Quel sugo urlava, era uno stadio in piedi dopo un gol, era un abbraccio, un salto e una cascata dentro le narici. Mai più potrò riavere quell'assalto al vertice dei sensi, che sta per me in qualche ghiandola dell'olfatto... Era la mia porzione di manna, di pane dei cieli, apparecchiata da due sacerdotesse di fornelli, dai loro riti notturni. Erano bocconi che imponevano silenzio. A me si chiudevano anche gli occhi. Le forchette nei piatti raccoglievano il frutto della conoscenza

⁵ Ivi P.75

⁶ Ivi P. 77

⁷ GRANDI Alberto, *Denominazione di origine inventata*, Milano, Mondadori, 2018

⁸ MONTANARI Massimo, *Il cibo come cultura*, op. cit., P. 82

... Non ho temperamento mistico, ma quel poco che mi è toccato in sorte l'ho assaggiato, l'ho avuto sulla lingua, durante le domeniche d'infanzia⁹.

L'altra considerazione da fare, a mio parere, è che molti di questi piatti sono basati su prodotti tipici, ma non autoctoni: la differenza sta nel fatto che, originariamente, questi prodotti sono stati importati e, quindi, non sono da sempre presenti e coltivati in territorio italiano; basta dare uno sguardo ai primi due piatti citati, la polenta e la pasta al pomodoro, piatti derivanti da ingredienti base (pomodoro e mais) provenienti dall'America e quindi sconosciuti ai terreni, alle cucine e alle papille gustative italiane prima del XV Secolo.

1.2 Origine, identità, radici e territorio

Prima di proseguire, con l'intenzione di farlo nella maniera più coerente e rispettosa possibile nei confronti dell'argomento, è doveroso fornire delle brevi precisazioni in merito ai suddetti termini, avvalendoci dei preziosi scritti di uno dei più importanti storici dell'alimentazione: Massimo Montanari.

Lo storico sostiene che, per ciò che riguarda il concetto di origini, spesso avviene un «salto logico»: nel vocabolario corrente, l'origine di un prodotto viene presa come un qualcosa che «spiega, che è sufficiente a spiegare¹⁰»; nulla di più sbagliato, come ci dimostra quanto detto da Montanari stesso:

... non una 'causa' ma semplicemente un seme che può diventare pianta, a condizione di incontrare un ambiente favorevole ... più numerosi e interessanti saranno stati gli incontri, più ricchi saranno stati i risultati, più forte e robusta la pianta.¹¹

C'è poi da fare, ancora in accordo con Montanari, una sostanziale e precisa distinzione tra radici e identità, termini spesso confusi tra loro.

Nel caso delle radici, «la metafora botanica, affinché sia utile, va utilizzata fino in fondo: esse sulla linea del tempo stanno all'inizio, abitano il passato e nello spazio si allargano per trarre alimento da ogni fonte raggiungibile¹²».

⁹ DE LUCA Erri, *Spizzichi e Bocconi*, op. cit., pp. 13 e 14

¹⁰ MONTANARI Massimo, *Il mito delle origini, breve storia degli spaghetti al pomodoro*, Bari, Laterza. 2019. P. 3

¹¹ Ivi p. 4

¹² Ivi pp. 4 e 5

Le identità, al contrario, stanno all'altro capo della linea del tempo, cioè al presente¹³, si formano attraverso il percorso fatto partendo proprio dalle origini, percorso arricchito dagli incontri di cui prima si parlava. Le identità sono un punto d'arrivo, caratterizzate da spazi mentali e materiali ben delimitati ma sempre instabili e mutevoli.

Per quanto riguarda il territorio, la retorica contemporanea ci ha abituati ad abbinare questo termine alla dimensione che riguarda i prodotti in maniera piuttosto ossessiva¹⁴. Anche in questo caso, le origini vengono interpretate come un 'inizio che spiega'; in realtà, il termine giusto da accostare a un prodotto per esaltarne le qualità uniche dovute al lavoro dell'uomo che interagisce con l'ambiente e mette frutto le sue risorse naturali ci viene fornito dal francese ed è la parola *terroir*, la quale combina il territorio e la mano dell'uomo¹⁵.

Le origini, dunque, hanno valore fondamentale nella retorica gastronomica; tuttavia, questo termine va interpretato nella giusta declinazione per evitare di cadere nel fanatismo che porrebbe diverse origini l'una contro l'altra quando, in realtà, è proprio la mescolanza delle stesse a formare l'identità¹⁶.

Viene incontro alle esigenze di riassumere quanto appena detto ancora Montanari, il quale, nel capitolo conclusivo del suo testo *Il mito delle origini, breve storia degli spaghetti al pomodoro*, dice:

La storia del nostro piatto – appunto, gli spaghetti al pomodoro -, la ricerca delle sue origini e delle sue radici [...] ci ha costretti ad attraversare molteplici territori e a fare i conti con abitudini alimentari, modalità produttive, tecniche e procedure distanti nel tempo e nello spazio. Una lunga serie di innovazioni, dislocate in epoche e luoghi diversi, ha contribuito a creare questa tradizione così tipicamente italiana.

[...]

Questa piccola grande storia ci ha mostrato [...] che l'identità non corrisponde alle radici. L'identità è ciò che siamo. Le radici non sono 'ciò che eravamo' bensì gli incontri, gli scambi, gli incroci che hanno trasformato ciò che eravamo in ciò che siamo. E più andiamo a fondo nella ricerca delle origini, più le radici si allargano e si allontanano da noi [...] scopriremo che le radici, spesso, sono gli altri. Cercare le radici di ciò che siamo sarà dunque un modo per incontrare gli altri. Gli altri che vivono in noi¹⁷.

¹³ Ibidem

¹⁴ Ivi P. 8 e 9

¹⁵ Ivi P. 9

¹⁶ Ivi P. 11

¹⁷ Ivi P. 88 e 89

1.3 La cucina tipica basata su prodotti importati: il caso della polenta e della pasta al pomodoro

Prima di iniziare a parlare nello specifico dei due piatti sopracitati, due ricette considerate fondamentali nella cultura gastronomica regionale e nazionale italiana, è necessario fare una premessa: il pomodoro e il mais, come spesso accade con le novità, non sono stati immediatamente accolti con la gloria che oggi gli è associata; al contrario, come tutte le novità, sono stati accolti con diffidenza e sono stati necessari processi di “adattamento culturale” per far sì che fossero definitivamente adottati come parte integrante della nostra cultura gastronomica, processi durati circa tre secoli prima che questi ingredienti prendessero il loro posto definitivo¹⁸. Tale vicenda è istruttiva e manifesta la capacità dei sistemi alimentari di cambiare e al tempo stesso riaffermare la propria identità, incorporare l’ignoto assimilandolo a sé; il trucco consistette nel trattare – o nel credere di poter trattare – i prodotti nuovi per procedure e preparazioni tradizionali¹⁹.

A conferma di ciò il caso del mais, introdotto nelle campagne di alcune regioni europee già nella prima metà del XVI secolo. Esso era da secoli il nutrimento principale delle popolazioni americane, impiegato per diverse ricette, con diversi metodi di cotture e usi gastronomici. Nessuno, però, oltre oceano l’aveva mai utilizzato per fare la polenta. Il motivo di questa reinterpretazione tutta italiana deriva dall’alimentazione contadina dei secoli precedenti: la polenta era alla base della loro nutrizione e la si faceva, a seconda delle epoche, della disponibilità e delle zone, con farro, miglio, panico o sorgo.²⁰

Diversa, ma per certi versi anche simile, fu l’adozione del pomodoro: anch’esso stentò ad affermarsi e quando ciò avvenne fu soprattutto in forme note, riconosciute e riconoscibili. Dapprima, testimonia Costanzo Felici, botanico e gastronomo del XVI secolo, si usò friggerlo in padella²¹. L’evento decisivo che ne segnò il successo fu la sua trasformazione in salsa di accompagnamento, il che lo porterà, nel XIX secolo, al successo che oggi tutti conosciamo come condimento sulla pasta.

Il pomodoro, in questo modo, fu adattato a una fisionomia tipica della tradizione europea: sin dal Medioevo i trattati di cucina dedicano amplissimo spazio alla preparazione delle

¹⁸ MONTANARI Massimo, *Il cibo come cultura*, op. cit., p. 147

¹⁹ Ivi P. 148

²⁰ Ivi P. 149

²¹ Ivi P. 150

salse, indispensabile accompagnamento di ogni piatto, soprattutto di carne e pesce. Anche il pomodoro, dunque, fu accolto nelle cucine del vecchio continente solo dopo la sua riduzione morfologica a qualcosa di noto, in questo caso una salsa, che lo rendeva pienamente compatibile con gli usi tradizionali pur introducendo una nuova nota di sapore e di colore.

1.3.1 Il caso della polenta

Non che sia necessario, ma è bene ribadire, come afferma Messedaglia, che il mais è pianta di origine americana e che, dunque, era sconosciuta al resto del mondo prima del 1492. Il Messedaglia trova necessario fare tale precisazione perché, a suo tempo, circa un secolo fa, non erano state del tutto abbandonate le teorie secondo cui il mais provenisse da altre zone del globo o addirittura fosse già presente in territorio italiano ai tempi dei romani, quando veniva utilizzato come pianta di foraggio. Appurato che tali teorie siano, appunto, relegabili solo nelle curiosità della storia, possiamo proseguire raccontando la storia di questo cereale dal 1492 in poi.

Innanzitutto, procedendo con ordine, è doveroso dedicare qualche parola ai diversi nomi del mais e alle loro origini e alle particolari difficoltà che le sue denominazioni hanno creato, spesso a causa di omonimie con altri cereali già conosciuti. È utile prendere in esame quanto detto dal medico e naturalista Pier Andrea Mattioli, non solo per la sua precisazione sul nome giusto da attribuire alla pianta del mais, ma anche perché egli per primo ha il merito di aver affermato l'origine americana del cereale:

Puossi ragionevolmente connumerare fra le spezie del grano quello, che malamente chiamano alcuni Formento Turco, e dico malamente, perciocché si deve chiamare Indiano, e non Turco, per essersi portato dall'Indie Occidentali, e non d'Asia, né di Turchia [...]²²

Ma allora perché ancora oggi chiamiamo la pianta di mais 'grano turco'?

Prontamente, occorre in soccorso quanto detto da Vittorio Hehn, secondo cui grano turco sta per «grano straniero, forestiero». Prosegue spiegando che

²² MESSEDAGLIA Luigi, *La gloria del mais e altri scritti sull'alimentazione veneta*, Costabissara (Vicenza), Colla. 2008. Pp. 74 e 75

Turco significava nel principio del Cinquecento semplicemente straniero [...] anche oggi il tacchino, la cui origine americana non è dubbia davvero, chiamasi in Inghilterra *turkey-cock*, come il mais si chiama *turkey-corn* [...]²³

Il mais, una volta giunto in Europa, conobbe infinite denominazioni; tra queste, come precedentemente annunciato, molte simili o identiche a quelle di cereali già conosciuti nel vecchio continente: ad esempio, nei dialetti veneti spesso è identificato con la parola *sorgo*. I veneti, dunque, abbinarono al mais il nome di una pianta a loro famigliarissima e, per distinguerlo da quello che era effettivamente sorgo, ci affiancarono spesso la parola *turco*. Inoltre, sempre i veneti, chiamavano il mais *formenton*, termine utilizzato da secoli per identificare una particolare varietà di frumento o il grano saraceno; infatti, per evitare ulteriori confusioni, fu chiamato in alcune zone *formenton zalo* il mais e *formenton negro* il grano saraceno. Nell'Italia centrale, in particolare in Toscana, si coniò il nome di *grano siciliano*, anche in questo caso un nome che esisteva già e stava ad indicare una varietà di frumento; nell'Italia meridionale, invece, fu utilizzato per lo più *grano d'India*, termine estesosi anche alla Sicilia e alla Sardegna²⁴.

Momento canonico, fondamentale per la definitiva consacrazione del mais come cereale di primaria importanza a livello commerciale, fu la sua, per usare le parole di Messedaglia, provvida comparsa nel periodo di decadenza commerciale di Venezia nel XVI secolo²⁵.

Il mais fu conosciuto a Venezia prima che altrove nell'Italia settentrionale; ciò, probabilmente, era dovuto alle condizioni in cui versava la Repubblica nei primi anni del Cinquecento, che aveva esaurito il suo compito nei campi dei grandi commerci d'oltremare. Venezia perdeva il suo potere commerciale nel mediterraneo dove i turchi, grazie alla conquista di Egitto e Siria, prendevano il sopravvento²⁶.

Qui entra in gioco il mais: lo scarso approdo di cereali di importazione fa sì che il nuovo cereale passi dagli orti e dai giardini ai campi; contadini esclusi, per la maggior parte il popolo loda l'avvento del mais come coltura nei campi²⁷. I terreni incolti, in maggioranza nel periodo medievale, andarono calando sempre di più, a vantaggio dell'agricoltura e a

²³ Ivi P.75

²⁴ Ivi P. 44

²⁵ Ivi P. 103

²⁶ Ibidem

²⁷ Ivi P. 105

svantaggio della pastorizia; questo portò, oltre ad un nuovo vigore per le vecchie colture, alla ribalta di nuove, tra cui il mais, il quale primeggiò come forte alleato contro le tanto temute carestie²⁸.

Non ci è chiaro quale sia la data precisa di avvento del mais nelle colture di uso comune, né chi l'abbia portato per primo a Venezia; quel che ci è dato sapere è che il mais, intorno alla metà del Cinquecento era una pianta se non d'uso nell'alimentazione comune, di sicuro universalmente nota²⁹.

Possiamo affermare, inoltre, con assoluta certezza che nel 1592 si ha del mais coltivato a Susegana, in provincia di Treviso. Ovviamente, nel trevigiano così come altrove, le prime coltivazioni di mais furono saltuarie e di piccola entità³⁰.

Come dicevamo, la marcia di conquista dei terreni e della fiducia fu davvero lenta e difficile per il mais, soprattutto a causa dell'opinione contadina, secondo cui la biada risultava dannosa alle campagne³¹. I contadini, dunque, continuavano a prediligere i cereali minori, a cui erano particolarmente affezionati per la produzione di pane e polenta, con atteggiamento conservativo nei confronti della nuova biada guardata con occhio sfiduciato nel suo primo periodo di introduzione.

A testimoniare ciò, un passo di Antonio Zanon del 1767 in cui cerca di screditare la campagna portata avanti dai Friulani affinché il mais non progredisce nella loro regione, preannunciando uno scenario secondo cui, il popolo avrebbe, in un immediato futuro, contrastato la diffusione della patata che in comune con il mais ha la provenienza; aggiunge, inoltre, che il mais è stato di straordinaria importanza nei periodi di carestia e di pestilenza, nonostante la persecuzione che tale alimento ha subito³².

A ribadire l'utilità di cui è stato protagonista il mais per il nostro paese ci pensa Michele Tuzzi, definendolo una preziosa risorsa non solo per aver risollevato tante povere famiglie, ma anche per il vario uso medicinale che se ne fa in molte di esse, sostenendo che, preso con moderazione e ben cotto, il mais libererebbe dalle febbri³³.

Abbandoniamo il discorso sulla pianta mais e passiamo a parlare della polenta: dai più, la sua invenzione in Italia si abbina, erroneamente, al mais. Riprendendo, però, quanto detto all'inizio di questo capitolo, la polenta esiste in Italia da ben prima e veniva realizzata dai contadini con la farina di cereali minori quali sorgo, panico, miglio o farro.

²⁸ Ivi P. 106

²⁹ Ivi P. 107

³⁰ Ivi P. 168

³¹ Ivi P. 167

³² Ivi P. 168

³³ Ivi Pp. 171 e 172

Messedaglia sostiene, con assoluta certezza, che l'origine della polenta in Italia risalga a tempi preistorici: la *puls* latina, un intriso di farro o di legumi cotti in acqua, rappresenta l'autentica diretta antenata della nostra polenta. Essa conobbe molte varianti: con formaggio, uova e miele, fatta di altri cereali o legumi. I Romani ne consumavano in gran quantità e per questo furono soprannominati *pulmentarii*, ossia, polentoni. Alla *puls* rimasero sempre fedeli gli abitanti della penisola, nonostante, con il passare dei secoli, il suo nome scomparve e si trasformò volgarmente in polenta. *Puls* e polenta rappresentano due apici di un *fil rouge* nella storia della gastronomia italiana; ciò dimostra come la cultura gastronomica italiana, nonostante il passare dei secoli e le continue influenze del tempo e dello spazio, conserva delle caratteristiche fondamentali sostanzialmente immutate, addirittura, dai romani ai giorni nostri³⁴.

Volendo fare un breve accenno ai cereali usati per produrre polenta prima dell'avvento del mais, il miglio e le fave dominavano; d'altro canto, a seconda dei luoghi o dei gusti, si facevano polente di panico, sorgo, grano saraceno, farro segala, orzo, riso, ceci, cicerchie, lenti, moco, veccia, piselli, fagioli e, in tempi bui di carestia, di ghiande³⁵.

Proviamo a focalizzarci su alcuni tra i più utilizzati: il sorgo e il miglio.

Il primo appartenente, per l'appunto, alla categoria di quelli più utilizzati, ma di certo non di quelli più amati dai consumatori. In molte regioni, come nel veronese, non se ne consumava se non in tempi di carestia. In molte altre, per più di un millennio, fu pianta molto usata; esso, di cui spesso i contadini erano costretti a cibarsi, veniva considerato il peggiore dei cereali e trattato con disprezzo. Motivo per cui, battuto dal mais, il sorgo andò a poco a poco scomparendo dall'alimentazione umana³⁶.

Passiamo ora al miglio, la cui importanza si conservò estremamente grande sino a che il mais non prese il definitivo sopravvento nel XVII secolo. Il miglio era un cereale che, come il frumento, veniva piantato ogni anno. Se ne conservavano nei granai di stato per le truppe e, per i tempi di carestia, per la popolazione civile. In tempi normali, nelle città venete si preferiva la farina di frumento ma, in caso di carestie, anche i cittadini dovevano adattarsi al miglio. Il cereale in questione era utilizzato in particolar modo per la panificazione, lo stesso Mattioli ne decanta le qualità se consumato *come si cava dal forno*. La polenta di miglio era di uso comune, nelle campagne, da tempi preistorici; è

³⁴ Ivi Pp. 150 e 151

³⁵ Ivi P. 151

³⁶ Ivi Pp. 140 e 141

ancora Mattioli a esaltare il gusto di quella fatta con il latte, non tutti però la preparavano in tal maniera: in realtà, per lo più la preparavano con l'acqua³⁷.

Le polente sopracitate scomparvero un po' alla volta con l'avvento del mais, al punto che, in alcune zone, ad esempio nel Veronese, il mais arrivò a chiamarsi polenta. La sua vittoria non fu immediata però: nelle mense signorili la polenta di mais arrivò solo nel secolo XVIII³⁸.

Il trionfo del mais trova causa probante in un avvenimento che, a parer mio e di Messedaglia, non può non essere citato: la grande carestia del 1817, *l'anno della fame*. A patire maggiormente per tale carestia furono i contadini francesi; tra le numerosissime cause per cui essi patirono più di quelli italiani, non si può non citare il mais, grazie al quale nei secoli XVII e XVIII il contadino italiano non morì di fame, pur vivendo in miseria assoluta. Per tal ragione si può dire, senza il rischio di esagerare, che il mais ha permesso al contadino di vivere³⁹.

Il mais, dunque, segna un'epoca agraria e culinaria per l'Italia; questo finché, dalla sua mancata integrazione nutrizionale, nasce la tanto dibattuta pellagra. Tanto dibattuta poiché non furono immediatamente chiare le cause della comparsa della malattia. I primi casi di pellagra vengono collocati da Alpago Novello intorno al 1750; egli sosteneva che, probabilmente, la stessa malattia doveva essere presente nelle Venezie già dalla fine del Seicento⁴⁰. Due sono le teorie principali che si contendono il campo: la prima, impropriamente detta 'lombrosiana', si riferisce al mais guasto; la seconda, anch'essa impropriamente, detta 'del Lussana', si riferisce all'insufficienza alimentare. È giusto specificare che le denominazioni sono improprie perché i due a cui le teorie sono accostate avevano avuto, in passato, dei predecessori⁴¹.

La teoria 'del Lombroso' finì per diventare la teoria ufficiale adottata dallo Stato per la guerra alla pellagra finché la teoria 'del Lussana', fino a questo punto del tutto ignorata e dimenticata, finì per essere riconsiderata e diventare, a ragion del vero, la versione ufficiale dei fatti, pur se incompleta; è considerata incompleta perché, appurato che la pellagra è conseguenza di mancata integrazione alimentare del mais, «ancora non si può con sicurezza affermare», come spiegano i relatori per la Commissione ministeriale per lo studio della pellagra Lustig e Franchetti, «se si tratti della mancanza di un'unica

³⁷ Ivi Pp. 142, 143 e 144

³⁸ Ivi P. 152

³⁹ Ivi P. 153

⁴⁰ Ivi P. 249

⁴¹ Ivi P. 253

sostanza, l'ipotetica vitamina antipellagrosa, – che secondo il Funk si troverebbe in embrione e cariossidi, parti del mais scartate durante i processi di macinazione o raffinazione⁴² - o piuttosto di un complesso di deficienze, nel quale entrano vitamine, sostanze proteiche, sali minerali ecc.⁴³»

Sia chiaro che la teoria del Lombroso non è del tutto da seppellire: ovviamente se cibarsi di solo mais può portare alla pellagra, il cibarsi solo di mais con la possibilità che questo sia guasto non fa che peggiorare la situazione.

Ad ogni modo, per individuare il punto di svolta grazie al quale si è riusciti a vincere la pellagra, bisogna dar credito a quanto fatto dalle provvidenze statali e dalle Commissioni pellagrologiche, le quali, svolsero un'azione definita da Messedaglia «molteplice, vasta, complessa» individuando la pellagra come una malattia sociale prima che alimentare, istituendo locandine sanitarie, cucine economiche, pellagrosari, insegnamento dell'igiene, miglioramenti agricoli e molto altro⁴⁴.

Per concludere, osservazioni cliniche ed esperimenti di laboratorio su cavie animali dimostrano in maniera assai convincente la veridicità della teoria dell'insufficienza nutrizionale del mais. Proprio dagli esperimenti effettuati sulle cavie poc'anzi citate, si è potuto constatare come il monofagismo cereale (di mais o altro) sia insostenibile per qualsiasi organismo⁴⁵.

1.3.2 Il caso della pasta al pomodoro

Nel cercare di ripercorrere le origini e le radici che conferiscono alla pasta al pomodoro il titolo di piatto identitario per eccellenza dell'italianità, ci avvarremo, ancora una volta, di un testo di Massimo Montanari. Lo storico, nella sua opera *Il mito delle origini, breve storia degli spaghetti al pomodoro*, scompone il piatto protagonista del mito per fornire un quanto più possibile dettagliato excursus storico nel suo complesso.

Com'è noto, la pasta rappresenta il segno identitario per eccellenza degli italiani nel mondo. La sua caratteristica distintiva risiede sicuramente nell'immensa varietà che offre: di formati ne esistono a migliaia, così come di ricette in cui essi rappresentano l'ingrediente principe; i piatti di pasta possono variare di regione in regione, ogni formato

⁴² Ivi P. 260

⁴³ Ivi Pp. 256 e 257

⁴⁴ Ivi P. 257

⁴⁵ Ivi P. 261 e 262

e ogni ricetta di pasta può avere la propria storia da raccontare, legata o meno agli usi locali.

Spesso, si sentono varie teorie sull'origine della pasta: una delle più famose è sicuramente la favola secondo cui uno dei marinai di Marco Polo, il veneziano Spaghetti, abbia portato con sé dalla Cina, dopo essersi imbattuto in una contadina che stava mescolando un impasto semiliquido in una ciotola, delle stringhe di pasta che si erano agglutinate attorno al bordo della ciotola stessa⁴⁶.

Fantasie a parte, quel che è certo è che la storia della pasta in Cina e quella in Italia (o meglio, del bacino mediterraneo) sono due storie a sé, che non si intrecciano mai. In Cina la cultura della pasta si è costruita intorno all'utilizzo del grano tenero e al consumo immediato; in Italia, la preparazione della pasta ruota intorno al grano duro e all'essiccazione, allo scopo di conservarla a lungo⁴⁷.

Tuttavia, non è esattamente in Italia che abbiamo le prime testimonianze della nascita della pasta di grano duro ma nella Mezzaluna fertile, proprio dove la cultura del grano prese avvio 10-12.000 anni fa con la rivoluzione agricola.

La pasta qui nacque come variante del pane e, quella tagliata a strisce o fili (come spaghetti e tagliatelle) prima di essere essiccata, prende il nome di *rishta*⁴⁸. Essiccata, appunto, perché vari fattori ambientali, come il tipo di grano utilizzato per la sua produzione (grano duro) particolarmente prestante per questa pratica, la consuetudine di questi popoli di far seccare gli impasti per favorirne la conservazione e il formato della *rishta*, portarono a quella che potremmo definire una 'logica conseguenza'⁴⁹. Dal Medio Oriente, la *rishta* transita in Europa approdando nel mondo greco e romano-ellenistico, dove il nome cambia nel latino *lagana*, assumendo un significato piuttosto ambiguo poiché, sembra che tale termine fosse associato a crêpes, gallette e, in particolar modo, alle odierne lasagne, quindi, alla famiglia dei pani azimi⁵⁰.

Nella cultura gastronomica greca e romana, la pasta è vista solo come un ingrediente e non come un vero e proprio genere alimentare, ciò è dovuto alla difficoltà nel classificare questo derivato dei cereali avvalendosi dei canoni di classificazione alimentare dell'epoca; l'uso dei cereali e i piatti che ne derivavano, infatti, erano incasellabili in due categorie con caratteristiche diametralmente opposte: in una erano compresi pane e

⁴⁶ MONTANARI Massimo, Il mito delle origini, breve storia degli spaghetti al pomodoro. Op. cit. P. 17

⁴⁷ Ivi P. 18

⁴⁸ Ivi. P. 19

⁴⁹ Ivi P. 22

⁵⁰ Ivi Pp. 19 e 20

lievitati, impasti più o meno lievitati cotti al calore secco del forno; nell'altra, invece, erano inseriti prodotti preparati con cereali interi o ridotti in farina, cotti al calore umido, quindi, con la presenza di un liquido (minestre o polente)⁵¹. La pasta era, per questi motivi, vista come una preparazione quasi profana dato che univa i due modelli e non trovava una precisa collocazione nel sistema alimentare. Sono marginali le testimonianze dell'epoca romana in cui troviamo la pasta cotta in umido e non frita o al forno come, invece, si preparava la *lagana*, spesso fatta anche lievitare⁵². La diffusione capillare della pasta secca tra i popoli del Mediterraneo fu ad opera degli arabi che importarono questa cultura nelle regioni da essi occupate: Maghreb, Sicilia e Andalusia⁵³.

In Italia, quindi, la pasta approda attraverso la Sicilia durante il periodo di dominazione araba che va dal IX al XII secolo. Il dominio musulmano sulla Sicilia sarà molto importante in ambito gastronomico e in particolare per la diffusione della cultura della pasta secca in Italia: non a caso, proprio qui è attestata la prima straordinaria industria di produzione di pasta secca intorno al XII secolo, un'industria non da poco dato che, come attestato, operava su tutta la filiera: dalla raccolta del grano alla commercializzazione del prodotto finito⁵⁴. A fornirci tali testimonianze è un nobile maghrebino divenuto collaboratore del re normanno Ruggero II; egli, inoltre, afferma la massiccia presenza su suolo siciliano, nello specifico nei pressi di Palermo, di mulini e vaste aziende agricole, dove si produce pasta che viene distribuita nel sud Italia e negli altri paesi musulmani e cristiani per via navale⁵⁵. Proprio grazie all'importanza del trasporto navale, l'industria della pasta secca conquista sempre più regioni costiere: dal XIII secolo, la Sardegna diventa la principale concorrente della Sicilia; Genova, invece, sviluppa un'attività inedita facendosi arrivare la pasta da Sicilia o Sardegna per poi ridistribuirla in tutto il nord Italia. Così, «la pasta di Genova» diventa un riferimento per la gastronomia italiana per diversi secoli a venire⁵⁶.

Tornando al punto di partenza, non a caso la Sicilia, i fattori per cui questa rappresentasse il luogo migliore da cui potesse partire l'industria della pasta in Italia, nel quale il seme potesse crescere e mettere radici, sono molteplici: già in epoca romana, l'isola era stata adibita a granaio dell'impero, interpretando in maniera esemplare la tradizione agricola e alimentare del Mediterraneo. Con l'insediamento della cultura araba, poi, fu magistrale

⁵¹ Ibidem

⁵² Ivi P. 21

⁵³ Ivi Pp. 22 e 23

⁵⁴ Ivi P. 25

⁵⁵ Ivi P. 26

⁵⁶ Ivi P. 27

l'intreccio di conoscenze che scaturì dall'arrivo della *rishta* e la pasta fresca, già presente nella cultura greca, romana e ellenistica, per ridisegnare la cultura alimentare siciliana, tanto che ai siciliani fu attribuito il soprannome di 'mangiamaccheroni'. Non di meno le precondizioni geografiche dell'isola, dove l'habitat dovuto alle condizioni climatiche e del suolo rendevano ideale l'ambiente per la coltivazione del grano duro. La potenza dell'impatto che la pasta essiccata ebbe è riscontrabile nel fatto che convinse il popolo, nonostante nel Medioevo ci fosse un vero e proprio astio per i prodotti conservabili, considerati 'poveri' e non degni delle alte tavole⁵⁷.

Nei primi libri di cucina italiana sono rarissime le ricette contenenti pasta secca, per lo più si predilige l'utilizzo di sfoglie fresche. Sempre tramite la mediazione araba, si sviluppa la cultura della pasta ripiena che in Italia avrà un vero *boom* tra Medioevo e Rinascimento. Maestro Martino, considerato il miglior cuoco dell'Italia del Quattrocento, consiglia nei suoi libri l'essiccazione della pasta, assottigliandola e forandola all'interno; a lui, inoltre, si deve l'accostamento del termine *maccheroni* alla pasta secca, prima utilizzato per gli gnocchi freschi⁵⁸.

Prendendo come riferimento i principi galenici sulla compensazione della natura degli alimenti come base scientifica, si arrivò a capire che la maniera migliore per cucinare la pasta, in particolare quella secca, era reidratarla cuocendola in liquido caldo come acqua, brodo o latte⁵⁹.

In principio, come detto prima, erano stati i Siciliani a forgiarsi del soprannome di 'mangiamaccheroni'; ma come e quando il testimone passò ai napoletani?

All'inizio, a Napoli, la pasta era considerata un bene di lusso: se ne aveva la possibilità di consumarla raramente e, addirittura, ne era proibita la produzione nei tempi di carestia per non sprecare grano⁶⁰. Nella prima metà del XVII secolo, però, avvenne un radicale cambiamento: i 'mangiafoglia', come erano soprannominati i napoletani fino a quel momento per la loro alimentazione basata su ortaggi a foglia verde (tra tutti domina il cavolo) e integrata con la carne, furono costretti a cambiare la base della loro alimentazione a causa del malgoverno spagnolo e alle frequenti carestie⁶¹. Si diffusero, così, a Napoli le due principali macchine per la produzione della pasta: l'impastatrice meccanica, detta gramola, e il torchio, il quale pressava la pasta attraverso le trafile per

⁵⁷ Ivi Pp. 27, 28 e 29

⁵⁸ Ivi Pp. 31 e 32

⁵⁹ Ivi Pp. 37

⁶⁰ Ivi P. 48

⁶¹ Ibidem

ottenere le forme volute. Cominciò così l'affermazione su larga scala della pasta la quale, poteva essere preparata in maniera molto più semplice e veloce, non esigendo più il tagliare a mano la sfoglia precedentemente ottenuta dall'impasto. In questa maniera, il costo di produzione diminuì drasticamente e i napoletani ebbero il loro nuovo alimento base, accessibile a una gamma di consumatori più vasta⁶².

Arriviamo all'Ottocento, quando ormai *maccheroni* è sinonimo di Napoli⁶³. Pian piano il termine si estese prima a tutte le popolazioni costiere e urbane dell'Italia meridionale (la cui dieta era maggiormente influenzata dal mercato alimentare) e poi a tutti il Mezzogiorno, finendo per rappresentare l'italianità nel progetto politico-culturale dei Savoia⁶⁴. A consacrare definitivamente gli italiani come *mangiamaccheroni* contribuì sicuramente, e non in maniera trascurabile, la grande emigrazione di fine Ottocento per l'Europa e oltreoceano. In particolar modo in America, molte famiglie italiane con il 'sogno' della pasta poterono accedere a questo genere alimentare più facilmente grazie alle entrate dovute al lavoro nel nuovo continente; quelle, invece, che già potevano permettersi l'accesso al mercato della pasta in Italia, mantennero questa abitudine alimentare anche oltreoceano. È proprio negli Stati Uniti, quindi, che lo stereotipo dell'italiano mangiamaccheroni si rinforzò⁶⁵.

Dalla pasta passiamo al pomodoro, ripercorrendo la sua conquista delle tavole della penisola partendo dalle *origini*, passando per le *radici* per capire come, in coppia con i maccheroni e talvolta arricchito dall'incontro con Parmigiano, peperoncino, olio d'oliva, aglio e/o cipolla, sia diventato simbolo di *identità* per gli italiani e per il loro *territorio*.

Come per la polenta, le opinioni che accolsero il pomodoro al suo arrivo in Italia non furono per niente calorose, rendendo la sua inclusione nella dieta degli italiani un percorso lungo e tortuoso. Fino all'Ottocento, la pasta a Napoli, ma non solo, si preparava rigorosamente bianca, spesso con formaggio e, talvolta, anche con burro o olio. In Italia arriva attraverso la Spagna, grazie alla conquista dal Messico da parte degli spagnoli di Hernán Cortés intorno al 1520⁶⁶. Il primo a parlarne e a darle un nome fu Mattioli rispettivamente nel 1544 e nel 1554, paragonandola alla melanzana per l'uso che se ne fa in cucina, cioè in padella con olio, sale e pepe, riprendendo ancora la teoria galenica delle quattro qualità (il pomodoro era considerato intrinsecamente freddo e umido, friggerlo in

⁶² Ivi P. 49

⁶³ Ivi P. 54

⁶⁴ Ivi P. 56

⁶⁵ Ivi Pp. 56 e 57

⁶⁶ Ivi P. 59

padella era un modo per riscaldarlo e asciugarlo); il nome che Mattioli diede alla pianta fu ‘pomi d’oro’, rimasto tipico della lingua italiana⁶⁷. L’accostamento alla melanzana resterà a lungo ‘macchiando’ la reputazione del pomodoro data la brutta considerazione dell’epoca per la ‘mela insana’. Fatto sta, che in principio veniva preferita come pianta ornamentale piuttosto che come ingrediente culinario.

Per realizzare la sua introduzione definitiva nelle cucine italiane, si ripete un passaggio già visto con l’affermazione del mais: il ritagliarsi un posto in una categoria alimentare già consolidata da secoli⁶⁸; per il mais questa categoria era stata la polenta, per il pomodoro sarà quella delle salse. Queste, nella cucina tradizionale, erano fondamentali e accompagnavano ogni piatto di carne, pesce, verdure o pasta, anche e soprattutto per riequilibrare le vivande secondo la teoria galenica più volte citata⁶⁹. Nei ricettari europei la salsa di pomodoro fa il suo esordio come ‘salsa spagnola’, nome dovuto al medico di corte di Federico II Francisco Hernandez, il quale aveva inviato al re una raccolta di volumi con le descrizioni delle piante americane e i loro impieghi; tra le altre cose, riferiva dell’utilizzo di una salsa preparata con pomodori affettati e peperoncino, aggiungendo: «[...] integra il sapore di quasi tutti i piatti e di quasi tutti i cibi, e risveglia l’appetito»⁷⁰. La salsa ‘alla spagnola’ entra subito nelle abitudini culinarie degli italiani e si affianca spesso a carni bollite, la sua percezione cambia sensibilmente; a testimoniare Vincenzo Corrado, letterato, filosofo e cuoco napoletano, il quale afferma la sua preziosa azione in ambito digestivo, dovuta all’acidità che il frutto possiede. Inoltre, lo stesso Corrado scrive una ricetta di «salsa di pomodoro», nella quale il peperoncino fa da partner di eccellenza⁷¹. Imprevedibile quanto vero, il primo approccio all’unione tra pasta e salsa di pomodoro proviene dalla Francia; precisamente dall’*Almanach des Gourmands* di Grimod de La Reynière, il quale spiega che i pomodori talvolta possono prendere il posto del formaggio come condimento sulla pasta⁷². Nello stesso anno, il 1807, da un ricettario di cucina napoletana firmata dalle iniziali M.F. viene fuori una ricetta di «maccheroni alla napoletana», preparati con il solito formaggio stagionato, il caciocavallo grattugiato e del brodo di ragù con l’aggiunta di pomodori al suo interno⁷³. La ricetta del ragù fornitaci da M.F. per la preparazione dei maccheroni ci fa intendere, come sottolinea anche Lejla

⁶⁷ Ibidem

⁶⁸ Ivi P. 61

⁶⁹ Ivi P. 61

⁷⁰ Ivi P. 63

⁷¹ Ivi P. 65

⁷² Ivi P. 66

⁷³ Ivi P.67

Mancusi Sorrentino (colei che ha curato l'edizione del ricettario), che si tratta di un piatto nobile, non popolare data la qualità e l'abbondanza di condimenti (rosmarino, vino, lardo, prosciutto, cipolla, erbe e pomodoro)⁷⁴.

Volendo ricercare una ricetta dell'epoca maggiormente adatta alle finanze popolari, ci viene incontro il ricettario di Ippolito Cavalcanti, *La cucina teorico-pratica*, pubblicato a Napoli nel 1837. L'opera, nella sua seconda edizione, contiene una ricetta di salsa di pomodoro in cui i pomodori maturi devono essere ripuliti, pestati e messi a cuocere; una volta terminata la cottura, vanno passati al setaccio e ristretti «ncoppa a lo fuoco»⁷⁵. Infine, si aggiungono sale e pepe e la salsa è pronta, più popolare di così è impossibile; per Cavalcanti, inoltre, il grasso migliore per insaporire la salsa da utilizzare per condire la pasta è la «nzogna», cioè lo strutto⁷⁶. In questo periodo resta però il formaggio il condimento principale per i maccheroni, con il pomodoro che rappresenta una valida alternativa, tuttavia secondaria.

È sul finire del XIX secolo che, grazie alla prima edizione de *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene* di Pellegrino Artusi, considerato il testo fondante della cucina italiana moderna, la pasta al pomodoro viene divulgata per tutta la penisola uscendo dai confini di Napoli e diventando «ottima per aggraziare le paste asciutte condite a cacio e burro»⁷⁷. Per concludere, solo nel Novecento i ruoli si rovesciano, con il pomodoro che si trasforma nel condimento principale e il formaggio che diventa una gustosa, ma facoltativa, aggiunta.

1.4 Il paradosso della globalizzazione: lo studio di Massimo Montanari ne *Il cibo come cultura*

Per millenni lo spazio è stato considerato un segno di privilegio sociale, nel suo senso più diretto e intuitivo. Ne sono esempi le tavole dei re e dei principi del passato: più che la qualità intrinseca dei prodotti presenti, ciò che contava davvero e che trasmetteva all'osservatore un senso di meraviglia e stupore era l'abbondanza di prodotti esotici, di ogni parte del mondo, al fine di marcare la diversità tra i regnanti e il popolo. Pensando a ciò, al giorno d'oggi, non possono venirci in mente, a primo impatto, le possibili difficoltà dovute alle distanze e ai mezzi di trasporto per l'approvvigionamento; tuttavia, la logica

⁷⁴ Ibidem

⁷⁵ Ivi P. 69

⁷⁶ Ibidem

⁷⁷ Ivi P. 71

del «villaggio globale⁷⁸», ormai divenuta la normalità, non è sempre stata una caratteristica dei mercati, proprio a causa delle difficoltà citate poc'anzi. Bartolomeo Stefani, capocuoco alla corte mantovana dei Gonzaga nel XVII secolo e autore di un importante trattato di cucina, rifletteva acutamente sulla rivoluzione in atto chiedendo al lettore, in maniera anche provocatoria, perché limitarsi al pane della città natia quando, in realtà, sono sufficienti «buoni destrieri e buona borsa⁷⁹» per trovare altrove, fresche in ogni stagione, le varie specialità regionali che sarebbe un peccato non presentare sulle tavole dei buongustai. Il paradosso, in accordo con Montanari, consiste proprio in ciò che in questo periodo, caratterizzato dalla nuova dimensione planetaria del mercato, è considerato un segno distintivo, l'esatto opposto di ciò che segno distintivo poteva essere definito in passato: il territorio. «Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei» scriveva Brillat-Savarin in *Fisiologia del gusto* (1826), riferendosi ad una prospettiva per lo più psicologica e comportamentale; nel corso del tempo, questa famosissima affermazione è stata interpretata anche con significati piuttosto diversi: ad esempio, volendosi riferire ai secoli precedenti, la frase assume valenze concernenti la sfera sociale, secondo cui l'alimentazione di un individuo rivela la sua appartenenza sociale, esprimendo un forte valore comunicativo delle scelte (o obblighi) alimentari. Prendendo ad esempio la cultura europea costruitasi nel Medioevo, al contadino era associata la dieta caratterizzata per lo più dai «frutti della terra⁸⁰», mentre il nobile si qualifica per lo più come consumatore di carne da animali di grossa taglia, come cervo o cinghiale. Nei secoli più vicini a noi si nota un'inversione, a testimoniare il privilegio sociale diventa la qualità degli alimenti, in particolare per quanto riguarda alimenti più costosi, quindi esclusivi, e di provenienza esotica. Ne è un esempio il caffè nel XVIII secolo, considerato bevanda esclusiva ed elitaria finché non divenne, nel secolo successivo, una bevanda popolare in Francia, crollò il suo valore simbolico come segno di distinzione⁸¹. Con il passaggio, più recente, dalla società della fame alla società dell'abbondanza, si ha una repentina inversione dei ruoli: a diventare elitari, in un periodo storico in cui chiunque può reperire qualsiasi merce, sono i prodotti tradizionalmente poveri e rustici. Esempio lampante, la scelta delle classi alte di utilizzare grani inferiori come segale, orzo e miglio a discapito del frumento. È, appunto, paradossale notare come le classi aristocratiche siano passate dal consumare pane bianco con farina di frumento snobbando quello consumato dal mondo contadino, prodotto a

⁷⁸ MONTANARI Massimo, *Il cibo come cultura*, op. cit., p. 24.

⁷⁹ Ivi P. 25

⁸⁰ Ivi p. 100

⁸¹ Ivi P. 103

partire da grani inferiori, al consumare pane «scuro» di segale, miglio o altro snobbando il pane bianco di frumento⁸². La ricerca di una cucina basata su prodotti territoriali ci evoca, culturalmente, qualcosa di antico, radicato nella natura dell'uomo a tal punto da essere considerata da gran parte degli individui un elemento da sempre voluto e ricercato dall'uomo. La realtà, però, è ben diversa: Montanari testimonia che « [...] l'obiettivo del gastronomo premoderno non era quello di calarsi in una determinata cultura, di conoscere un territorio attraverso i suoi sapori, bensì [...] di accumulare sulla propria tavola tutti i territori possibili in una sorta di grande banchetto universale⁸³». Il modello di cucina universale, inoltre, lo si ritrova in tutti i paesi europei nel periodo medievale: dai mercati di Milano, Bologna e Parigi, per la loro capacità di definirsi luoghi di scambio inter-territoriali, inter-regionali e inter-nazionali, ai vari libri di cucina che elencano ricette di provenienze assai diverse l'una dall'altra⁸⁴. A cavallo tra la fine del XVII e l'inizio del XIX secolo, però, la tendenza si inverte: le identità nazionali, e di seguito quelle regionali, si rafforzano: compaiono in Italia i primi ricettari regionali, seguiti dal primo tentativo di raccogliere gli usi regionali nazionali di Francesco Leonardi con la pubblicazione nel 1790 dell'*Apicio moderno*. Segue, con successo e rilevanza maggiore, *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene* di Pellegrino Artusi nel 1891. Con successo e rilevanza maggiore, appunto, nonostante lo stesso Artusi non fosse né un cuoco e né un gastronomo per sua stessa ammissione e nonostante il testo non si riferisca alle cucine regionali italiane nella loro complessa varietà, ma si limiti ad elencare per lo più ricette romagnole e toscane, regioni vissute in prima persona dallo stesso autore. Il periodo di affermazione, dunque, delle cucine regionali si attesta nel corso del XIX secolo, caratterizzato dall'industrializzazione; anch'esso potrebbe erroneamente sembrare un paradosso, ma in realtà non lo è: proprio il processo di omologazione e standardizzazione dei mercati e dei modelli alimentari a svegliare nella popolazione l'interesse per la diversità, dunque per la cucina e i prodotti locali. Nascono così le nozioni positive di territorialità e di cibo geografico, che bissano definitivamente l'idea del cibo come segno di distinzione sociale⁸⁵. Contrariamente a quanto è facile pensare, dunque, la cucina internazionale ha origini antiche e radicate nella nostra cultura, limitandosi, però, a una fetta estremamente limitata della popolazione; d'altro canto, oggi questa tendenza raccoglie gran parte della popolazione, come conseguenza all'intensificazione degli scambi e del dominio

⁸² Ivi P. 104

⁸³ Ivi P. 110

⁸⁴ Ivi Pp. 111 e 112

⁸⁵ Ivi Pp. 114, 115 e 116

nell'industria alimentare delle multinazionali. In opposizione, troviamo le cucine locali: a rafforzare la loro presenza la natura identitaria degli alimenti, come possono essere, ad esempio, il vino e la birra, rispettivamente per le popolazioni dell'Europa meridionale e settentrionale. Queste cucine territoriali, però, solo oggi hanno raggiunto uno *status* di tale importante e proprio qui sta il paradosso, spiega Montanari:

[...] in un mondo effettivamente frazionato come quello antico e medievale, l'aspirazione era quella di costruire un modello di consumo universale in cui tutti (quelli che potevano permetterselo) si potessero riconoscere. Nel villaggio globale della nostra epoca al contrario si affermano i valori dello specifico locale. L'elogio della diversità [...] non è nostalgia del passato, ma guarda soprattutto al presente e al futuro⁸⁶.

Non è necessario e anzi, ci fa capire Montanari, dannoso per chi lo compie contrapporre queste due tendenze come se una rappresentasse il male e l'altra il bene. Al contrario, devono essere da spunto per riflettere sul significato di identità in relazione alle diversità, considerando anche che quest'ultime sono destinate ad accentuarsi sempre di più nel contesto della globalizzazione. La maniera migliore, dunque, per tenere a galla questi due sistemi in maniera equilibrata senza che l'uno sia dannoso per l'altro o che entrambi, o uno di essi, lo siano per la popolazione o per l'individuo, è considerare le identità come una molteplicità mutevole: ognuna di esse ha una particolare forma di espressione alimentare e non vi è alcuna contraddizione nel mangiare un hamburger in un fast food a pranzo e cenare con tagliatelle al ragù a casa della nonna a cena. In quei due momenti, esprimiamo due delle diverse identità che ci definiscono⁸⁷.

A proposito dell'argomento appena trattato, riguardo l'affermazione delle cucine locali o territoriali, che dir si voglia, verrà analizzato nello specifico il fenomeno di riscoperta dei grani antichi, circa un secolo dopo la loro 'sostituzione'. Si partirà analizzando le motivazioni che hanno portato a questa sostituzione, fino ad arrivare ai motivi e alle spinte alimentari e culturali che hanno portato alla loro riscoperta, tra appassionati dediti a riscoprire questo patrimonio dimenticato fino alla pubblicità orientata a trarre in inganno il consumatore, additando con terminologie evocative prodotti che non vi corrispondono.

⁸⁶ Ivi Pp. 117 e 118

⁸⁷ Ivi Pp. 124 e 125

2 GRANI ANTICHI E GRANI MODERNI: EVOLUZIONE, FAKE NEWS ED ESPERIENZE SUL CAMPO

2.1 Distinzione tra grani antichi e grani moderni: storia, nutrizione e glutine.

Prima di poter parlare di queste due categorie, distinte ma non in maniera abbastanza chiara, è doveroso focalizzarsi sulle diverse ideologie che le contrappongono. Per alcuni la dicitura “grani antichi” potrebbe accostarsi a specie selvatiche non modificate geneticamente, ma questa è un’interpretazione da scartare a priori dato che il grano tenero nasce già domesticato per effetto di una fusione genetica tra il farro coltivato e una graminacea spontanea e il grano duro deriva da alcune mutazioni genetiche nel corso dei secoli adoperate sul farro, ottenuto a sua volta da un’erba selvatica a cui sono stati aggiunti decine di migliaia di geni sui 14 cromosomi da essa donati⁸⁸. A proposito, invece, di una distinzione basata sull’evoluzione genetica, dovremmo partire dal principio: il grano più “antico” è il farro monococco, seguito dal farro dicocco, mentre quello più “moderno” è il grano tenero. Per capire a livello genetico le distinzioni tra grani antichi e moderni, gli scienziati Peter Shewry e Sandra Hey adoperarono analisi per scovare le differenze in termini di contenuti nutrizionali di farro monococco, farro dicocco, farro spelta, grano duro e grano tenero, in particolare prendendo in considerazione il contenuto in fibre⁸⁹. Ne risulta da tali studi che i grani distinti come “antichi” dalla classificazione fatta poc’anzi differenziano poco o nulla da quelli più “moderni”, il grano tenero e il grano duro; le differenze sostanziali risiedono nel contenuto in fibre, molto più elevato nei grani “moderni”, e nel contenuto in pigmenti carotenoidi, dato che alcuni grani sono stati selezionati nel corso del tempo per avere una colorazione sempre più gialla della farina. Le conclusioni dei due scienziati sono chiare:

[...] i dati disponibili mostrano che i grani antichi differiscono poco da quelli moderni nel contenuto della maggior parte delle sostanze bioattive e possono forse contenere meno fibre. Queste analisi non supportano l’ipotesi che i grani antichi siano in qualche modo ‘più sani’ di quelli moderni⁹⁰.

La seconda scuola di pensiero fissa come punto di separazione tra il prima e il dopo, cioè tra i grani antichi e i grani moderni, il periodo a cavallo tra le due guerre, per cui in linea

⁸⁸ Dario Bressanini, Le Scienze blog, *Grano antico fa buon glutine?*, 2017. Scienze in cucina. <https://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2017/07/12/grano-antico-fa-buon-glutine/comment-page-4/>

⁸⁹ Ibidem

⁹⁰ Shewry, Peter R., and Sandra Hey. "Do “ancient” wheat species differ from modern bread wheat in their contents of bioactive components?." *Journal of Cereal Science* 65 (2015): 236-243.

di massima separando il grano antico da quello moderno della seconda metà del XX secolo. Dunque, tra gli anni Quaranta e Settanta circa, quando, per favorire le nuove attrezzature dovute alla meccanizzazione, si svilupparono varietà in grado di svilupparsi in culmi più bassi. Ovviamente, le diverse teorie non sempre sono frutto di un'intenzione "genuina" al fine di fornire informazioni sempre più dettagliate al consumatore, ma spesso sono frutto di campagne di marketing, per rendere agli occhi del consumatore il prodotto oggetto di pubblicità più sano (o semplicemente più attraente) degli altri. Ma, come affermato da Shewry e Hey, non c'è alcun motivo per cui pensare che i grani antichi siano più sani dei grani moderni.

Fino ai primi del Novecento gli agricoltori non disponevano di vere e proprie varietà, era comune seminare una miscela di piante simili tra loro e fare in modo che tramite la selezione si sviluppassero quelle con caratteristiche più favorevoli: innanzitutto la capacità di adattarsi all'ambiente circostante e poi il tempo di spigatura, di maturazione dei semi e la forma o il colore della spiga⁹¹. I primi miglioramenti vegetali, che hanno portato attraverso un intenso lavoro di miglioramento genetico alla selezione di frumenti moderni grazie al rapido susseguirsi di nuove varietà, sono per la maggior parte ad opera di Nazareno Strampelli⁹². Egli era un giovane studioso di agraria che nei primi anni del Novecento, una volta laureatosi a Pisa, inizia ad avvicinarsi al mondo dell'ibridazione, in particolare per quanto riguarda il frumento. così, noterà le proprietà di un grano particolarmente diffuso nel centro Italia, il Rieti. Dall'incrocio di questa varietà con il *Wilhelmina Tarwe* olandese, ottenne il grano Ardito (nominato così in piena conformità alla cultura futurista e bellica del primo Novecento), con ottima resistenza alla ruggine nera⁹³. Questo lavoro non passò affatto inosservato, anzi attirò le attenzioni del regime fascista, il quale chiese all'agronomo una collaborazione. A testimonianza dell'avvenuta collaborazione, un documento chiamato "Nuovi Frumenti", redatto nel 1935 dall'Istituto di Genetica per la Cerealicoltura di Roma e la Stazione Sperimentale di Granicoltura "Nazareno Strampelli" di Rieti cita:

Gli otto nuovi frumenti [gli studi effettuati hanno portato alla creazione delle varietà Littorio, Roma, Tevere, Ausonia, Sabaudia, Garigliano Vettore, Apulia Precoce. Queste varietà sono il risultato di incroci tra grani italiani, europei e provenienti da tutto il mondo come il grano giapponese *Akagomughi*] che qui vengono pubblicati e presentati, vogliono essere un ulteriore contributo alla realizzazione della Battaglia del Grano che, sotto la guida del Duce, ed agli ordini

⁹¹ Cattivelli L., *Pane nostro. Grani antichi, farine e altre bugie*. I edizione. Il Mulino, Bologna, 2023. Pp. 20 e 21.

⁹² Ibidem

⁹³ Diego Diomedi, Umbria7, *I grani antichi e Nazareno Strampelli*, 2023. I 7 vizi gastronomici.

<https://umbria7.it/2023/10/i-7-vizi-gastronomici-i-grani-antichi-e-nazareno-strampelli/>

Suoi e dei Suoi alti collaboratori, ha continuato e continua a svilupparsi per la completa e immancabile, definitiva vittoria⁹⁴.

Strampelli è fondamentale nella realizzazione della varietà di grano che oggi quasi tutti conosciamo con il nome Senatore Cappelli. Quest'ultimo, nel 1915, riserva all'agronomo dei terreni di sua proprietà dove Strampelli, a seguito di studi effettuati su una varietà tunisina chiamata *Jenah Rhetifah*, pianta la stessa considerandola una varietà particolarmente adatta alla pastificazione. Pochi anni dopo, l'ormai affermata nuova varietà verrà intitolata al senatore Cappelli⁹⁵. Non sarebbe corretto, però, limitare solo alla varietà Senatore Cappelli il contributo alla causa offerto da Strampelli; egli, infatti, in circa 30 anni di selezione genetica ha selezionato decine di varietà di frumento tenero e duro che hanno permesso di raggiungere importanti incrementi produttivi⁹⁶. Inoltre, fu il primo ad intuire che per migliorare la produzione del frumento erano necessari ritocchi come rendere più bassi i culmi, introdurre geni più resistenti alle malattie e adattare i tempi di fioritura e maturazione al clima italiano. Per ridurre le altezze dei culmi, Strampelli si servì della varietà giapponese ad altezza ridotta *Akakomugi*. Le altezze si ridussero da 160-180 cm fino a 100-120 cm, il che portò a una maggiore resistenza all'allettamento consentendo, insieme alla selezione di varietà più precoci e maggiormente adatte al clima italiano, ad una produzione significativamente aumentata⁹⁷. Questo aumento, definito come "guadagno genetico", è facilmente calcolabile: si tratta di coltivare fianco a fianco le varietà più rappresentative delle diverse epoche utilizzando lo stesso protocollo agronomico. In tali condizioni, la diversità produttiva è quasi esclusivamente dovuta alle differenze genetiche tra le varietà. Con esperimenti del genere, analizzando varietà distribuite su un lungo periodo (50-100 anni) è possibile calcolare il guadagno genetico medio annuo. Studi di questo tipo effettuati in Italia partendo da varietà dei primi del Novecento, indicano per il frumento un guadagno genetico annuo compreso tra 20 e 40 kg per ettaro⁹⁸. Mettendo da parte l'aspetto storico e prendendo come riferimento quello nutrizionale, le differenze principali tra i grani antichi e i moderni sono riscontrabili nella quantità o qualità del glutine (spesso definita come quantità di proteine, anche se gran parte della razione proteica dei grani è costituita proprio dal glutine) e nel colorito giallo

⁹⁴ Ibidem

⁹⁵ Ibidem

⁹⁶ Cattivelli L., *Pane nostro. Grani antichi, farine e altre bugie*, op. cit., p. 22

⁹⁷ Ivi p. 23

⁹⁸ Ivi 24 e 25

che la loro farina dona alla pasta (nel caso del grano duro). La qualità, in generale nel mondo del cibo, è un fattore culturale; dunque, è un concetto variabile da paese a paese che dipende dai gusti prevalenti della popolazione, che a loro volta riflettono le tradizioni culturali e gastronomiche, la disponibilità economica e anche l'effetto di campagne di marketing⁹⁹. Nel contesto italiano, la qualità della pasta secca, prodotta a partite da semola di grano duro, è espressa attraverso la sua tenuta alla cottura, quindi la capacità di rimanere al dente se cucinata secondo l'uso previsto, dalla sua colorazione più o meno gialla, che deve derivare esclusivamente dalla semola senza l'aggiunta di coloranti alimentari, e dal suo contenuto proteico. È stato già accennato precedentemente che la particolare colorazione gialla della semola, e quindi della pasta, dipende dal contenuto di pigmenti carotenoidi del chicco, tra cui la luteina è quello presente in quantità maggiori¹⁰⁰. La luteina, a differenza di altri carotenoidi, non ha valore nutrizionale ma semplicemente il suo accumulo è uno dei processi che porta al colore giallo; oltre all'accumulo di luteina, per mantenere e accentuare il colore giallo durante la pastificazione, è di primaria importanza controllare il livello di ossidazione dei carotenoidi a opera dell'enzima lipossigenasi. Quest'ultimo agisce quando l'essiccazione è adoperata con un processo lento a temperatura ambiente, mentre la sua azione è limitata o quasi nulla quando l'essiccazione avviene in tempi brevi ad alte temperature; a prova di ciò, basti osservare come la pasta prodotta ed essiccata industrialmente mantiene una colorazione gialla generalmente maggiore rispetto alla pasta secca prodotta artigianalmente senza l'impiego di un'essiccazione rapida. Se da un punto di vista commerciale il contenuto in pigmenti raggiunto in questo periodo storico può considerarsi più che sufficiente, come accennato, il valore nutrizionale di questi non è altrettanto soddisfacente; per ovviare a ciò, la ricerca negli ultimi anni si sta focalizzando nella produzione di frumenti con un contenuto sempre maggiore di betacarotene, precursore della vitamina A con importante valore nutrizionale¹⁰¹. Per indurre lo sviluppo di questo carotenoide non è necessario nessun intervento artificiale. Nella biosintesi dei carotenoidi si parte dal licopene, il quale può essere convertito in alfacarotene e, successivamente, si può procedere in due diverse direzioni: nella sintesi della già menzionata luteina, oppure nella sintesi in betacarotene. Quest'ultimo, generalmente, viene trasformato in altri composti per cui non è accumulato all'interno del seme. Qui entra in gioco la mutazione enzimatica: attraverso questo

⁹⁹ Ivi P. 47

¹⁰⁰ Ibidem

¹⁰¹ Ivi pp. 48 e 49

processo naturale, che può essere anche indotto, si può ridurre la velocità con cui il betacarotene si trasforma in altri composti, determinandone un accumulo¹⁰². Per quanto riguarda il contenuto proteico, e quindi di glutine, questo fattore influenza in maniera esponenziale il sapore del prodotto finale, determina la tenuta alla cottura della pasta ed è una caratteristica determinata in parte dalla materia prima utilizzata e in parte dai processi di trasformazione. Parlando ancora di pasta, sulle confezioni, spesso trasparenti per mostrare la tonalità di giallo del prodotto, possiamo trovare una percentuale di proteine compresa generalmente tra il 12 e il 14,5%¹⁰³. In generale, il frumento duro presenta un contenuto maggiore in termini proteici rispetto al frumento tenero, ma esso è determinato anche dalla fertilità del suolo, in particolare dal contenuto in azoto dello stesso, determinato dalla sostanza organica e dall'uso di fertilizzanti chimici. L'uso di fertilizzanti chimici non è permesso nei regimi di produzione biologica, non a caso le paste che derivano da queste produzioni presentano un contenuto proteico raramente superiore al 13%¹⁰⁴. Un altro fattore fondamentale che determina l'efficienza di bioaccumulo di azoto e la sua trasformazione in proteine del seme deriva dalla genetica: grani moderni sono stati selezionati geneticamente proprio per aumentare la resa in accumulo di azoto e conversione in proteine¹⁰⁵, oltre alla capacità di accumulare betacarotene per aumentare la colorazione gialla già menzionata. Ci viene segnalato da Cattivelli, a tal proposito, una ricerca effettuata da un gruppo di ricercatori israeliani e americani che hanno scovato nel farro selvatico il gene *Grain Protein Content (Gpc)* che, quando trasferito nel frumento duro, determina un aumento del contenuto proteico nel seme del 10% circa: ciò significa che, ad esempio, si può passare da un frumento duro con il 12% di proteine a uno con il 13% a parità di sostanza organica nel suolo e fertilizzazione¹⁰⁶. Per quanto concerne il grano tenero, le farine moderne sono classificate secondo le loro specifiche proprietà tecnologiche, vale a dire a seconda delle diverse destinazioni d'uso: possono distinguersi in farine per biscotti, farine per pizza, farine per dolci molto lievitati, farine per diverse tipologie di pane ecc. Tale caratterizzazione per proprietà tecnologiche avviene grazie ai diversi contenuti proteici. Ma in che modo il contenuto proteico ha rilevanza sul prodotto finito che vogliamo ottenere? È già stato appurato che, per la maggior parte, il contenuto proteico di un chicco di frumento è costituito dal glutine, una miscela proteica costituita

¹⁰² Ivi pp. 49 e 50

¹⁰³ Ivi p. 50

¹⁰⁴ Ivi p. 51

¹⁰⁵ Ivi p. 52

¹⁰⁶ Ibidem

da glutenine e gliadine. Queste ultime sono stabili in assenza di acqua e creano legami intermolecolari in sua presenza. Questi legami vanno a formare la rete tridimensionale che dona elasticità (cioè, la capacità dell'impasto di tornare alla sua forma naturale dopo l'esercitazione di una forza su di esso) ed estensibilità (cioè, la capacità di allungarsi senza rompersi dell'impasto a seguito dell'esercitazione di una forza) all'impasto. Queste due caratteristiche dipendono dalla specifica composizione di gliadine e glutenine e dalle loro percentuali, perché tale rete tridimensionale varia a seconda di essi la propria capacità di trattenere gas all'interno dell'impasto. I parametri di elasticità ed estensibilità sono espressi rispettivamente dai parametri W e P. Quelle con un parametro W alto sono farine utilizzate per la realizzazione di impasti a lunga lievitazione e sono comunemente definite farine di forza o Manitoba. In sintesi, le caratteristiche principali di un impasto con farina di grano tenero, dipende particolarmente dalla qualità del glutine (e quindi delle proteine) piuttosto che dalla sua quantità. Una delle differenze sostanziali tra frumenti antichi e frumenti moderni risiede proprio nella qualità del glutine: il grano tenero moderno è spesso selezionato al fine di ottenere farine con alti valori di P e W, tant'è vero che mediamente presentano un valore di W più che doppio rispetto a quelle ottenute da grani coltivati antecedentemente agli anni Cinquanta¹⁰⁷. Nel grano duro, invece, una maggiore forza della farina è determinante per ottenere pasta sempre più resistente alla cottura, con risultati, quindi, sempre più al dente. Oltre a queste esigenze, l'industria richiede farine sempre più “deboli” e con un basso contenuto proteico (7/11%¹⁰⁸) per la produzione di biscotti e similari, data la bassa capacità di queste farine di assorbire acqua e al loro rapido processo di impastamento¹⁰⁹. In questo capeggiano i frumenti antichi, che genericamente si contraddistinguono per il loro contenuto in glutine debole. Tuttavia, fin da sempre, sono stati necessari diversi tipi di grano con differenti qualità e quantità di glutine per le differenti produzioni. Come afferma Bressanini, dunque, è assolutamente falsa la credenza secondo cui negli ultimi decenni ci sia stata una tendenza a produrre farine con un contenuto di glutine maggiore. Lo stesso Bressanini, ancora nella sua pubblicazione “Scienza in cucina”, nell'articolo “Grano antico fa buon glutine?” pubblicato per “le Scienze Blog”, cita un lavoro di Kasarda che, analizzando i tabulati annuali delle percentuali di proteine contenute nel grano coltivato nel Kansas dal 1949 al 2011, ha scoperto che le variazioni di proteine dipendono molto di più dalle condizioni

¹⁰⁷ Ivi p. 71

¹⁰⁸ Dario Bressanini, *Le Scienze blog*, *Grano antico fa buon glutine?*, op. cit.

¹⁰⁹ Cattivelli L., *Pane nostro. Grani antichi, farine e altre bugie*, op. cit., p. 85

metereologiche di un determinato anno che dalla varietà di grano coltivato¹¹⁰. Kasarda, allora, prova a chiedersi se la differenza sta nel fatto che oggi consumiamo più grano rispetto ad allora, ma anche qui i dati smentiscono: attraverso uno studio realizzatosi anch'esso negli Stati Uniti emerge che il consumo di grano è costantemente diminuito dall'inizio del secolo scorso fino agli anni Sessanta, per poi risalire leggermente e diminuire ancora dall'inizio degli anni Duemila¹¹¹.

Citando il glutine, sembra impossibile non fare un breve cenno ad argomenti che riguardano le intolleranze e le allergie alimentari e in particolare alla celiachia. La celiachia è una patologia irreversibile dell'intestino provocata da un'intolleranza permanente al glutine che può sorgere in qualsiasi momento della vita; in Italia, l'1% della popolazione ne è affetta. Essa si sviluppa in individui che hanno predisposizione genetica, il che non significa necessariamente ammalarsi: circa un terzo della popolazione italiana è geneticamente predisposta ma solo il 3% di essi ne è affetto. I fattori scatenanti sono da identificarsi, secondo recenti studi, in soggetti predisposti ad alcuni agenti virali infettivi come adenovirus, enterovirus, virus dell'epatite C e rotavirus. Queste scoperte vanno a chiarire come l'esposizione al glutine, e al glutine dei frumenti moderni in particolare, non sia un fattore effettivamente rilevante nello sviluppo di questa patologia. Tuttavia, l'unica terapia possibile è la totale esclusione dalla dieta di alimenti contenenti glutine. Da quando, negli anni Cinquanta, il glutine è stato identificato come causa scatenante della celiachia sono iniziate numero ricerche allo scopo di selezionare frumenti privi o poveri in contenuto di glutine. Non si è riusciti, comunque, a selezionare varietà che contenessero quantità di glutine al di sotto della quantità tossica (cioè, al di sotto di 20 mg per kg di prodotto); tuttavia, si sono ottenuti risultati di fondamentale importanza. Recentemente, inoltre, è stata riscontrata una tossicità al glutine definita sensibilità al glutine non celiaca: una patologia legata a problemi addominali senza le lesioni alla mucosa intestinale proprie della celiachia¹¹². Questo tipo di sensibilità è strettamente collegata alla difficoltà a digerire il glutine. Alcune pubblicazioni suggeriscono l'utilizzo di particolari frumenti, spesso frumenti antichi contrapponendoli a frumenti moderni, per ridurre la sintomatologia in soggetti che manifestano tale sensibilità. Sono studi spesso rivolti alla promozione di una specifica varietà; tuttavia, non esistono evidenze scientifiche circa

¹¹⁰ Kasarda, D. D. (2013). Can an increase in celiac disease be attributed to an increase in the gluten content of wheat as a consequence of wheat breeding?. *Journal of agricultural and food chemistry*, 61(6), 1155-1159.

¹¹¹ Ibidem

¹¹² Cattivelli L., *Pane nostro. Grani antichi, farine e altre bugie*, op. cit., pp. 72, 73, 74 e 75

effetti preventivi dovuti al consumo di determinate varietà, antiche o moderne che siano¹¹³. Relativamente alla celiachia, in contrasto con quanti molti credono, nonostante le numerose ricerche non esiste alcuna correlazione tra la diffusione della celiachia e il consumo di grani moderni. Questi studi mostrano un'ampia variazione nel numero e nella tipologia degli epitopi tossici tra le diverse varietà, indipendentemente dalla loro epoca di coltivazione e dalla loro appartenenza alla classe di grani moderni o grani antichi. Tornando in argomento, per concludere, bisogna tener presente che a determinare il diverso gusto di un prodotto è la scelta della specie utilizzata e non la scelta di una varietà piuttosto di un'altra appartenente alla stessa specie: ad esempio, un consumatore attento potrà facilmente distinguere una pasta con farina di grano tenero da una con semola di grano duro, mentre troverà enormi difficoltà a individuare la varietà da cui deriva la farina con cui è stata prodotta la pasta. Bisogna considerare, inoltre, che a determinare il sapore di un prodotto da forno o di una pasta è principalmente il processo di trasformazione. Particolari processi produttivi, come macinazione a pietra, lunghe lievitazioni dei prodotti da forno e l'essiccazione a temperatura ambiente, sono fondamentali per attribuire al prodotto delle caratteristiche uniche e completamente diverse da quelle dei prodotti standard. Questi tipi di lavorazioni vengono messe in pratica soprattutto per la realizzazione di prodotti a partire da grani antichi; visto ciò, spesso campagne di pubblicizzazioni di questi prodotti, da parte di aziende di dimensioni più o meno grandi, attribuiscono sapori e aromi, donati principalmente dalle tecniche di trasformazione, alla materia prima. Tuttavia, caratteristiche qualitative sono, ovviamente, dipendenti in maniera maggiore alla materia prima. Abbiamo visto precedentemente come la qualità del glutine influisca sulla lievitazione, sull'assorbimento dell'acqua da parte dell'impasto, sulla sofficità dei lievitati e sulla cottura della pasta. Un altro aspetto fondamentale da considerare è il contenuto minerale delle farine, palesemente maggiore nelle farine ottenute dai grani antichi e ancor di più nelle farine integrali, dato che i minerali, così come le fibre, altro elemento importantissimo per il nostro organismo, sono situati esclusivamente nella crusca del chicco. La percentuale maggiore di minerali nelle farine di grani antichi è dovuta alla bassa capacità produttiva per unità di superficie di queste specie. Questo fattore è determinante sull'impatto ambientale: se pensiamo che per produrre la stessa quantità di prodotto utilizzando un frumento antico serve una maggiore superficie di terreno, è evidente che l'impatto ambientale per chilogrammo di pasta o pane

¹¹³ Ivi pp. 87 e 88

prodotto è superiore¹¹⁴. Quanto detto fin qui non vuole demonizzare né i grani antichi e né quelli moderni, anzi, vuole stimolare una riflessione volta a considerare entrambe le categorie come utili e importanti in diversi contesti. Nello specifico è corretto considerare i frumenti antichi per ciò che sono: una componente importante della storia dell'agricoltura, un assaggio di ciò che consumavano i nostri antenati, una visita in un museo di sapori e saperi, senza attribuirgli necessariamente il titolo di specie salvatrici della nostra salute e dell'ambiente.

2.2 La riscoperta dei grani antichi e la pubblicità ingannevole: quanto c'è di vero?

Secondo Cattivelli le affermazioni più irrazionali nei riguardi dei grani antichi da parte di produttori che commercializzano prodotti che li contengono, consistono nell'attribuire a queste varietà sapori e aromi che i grani moderni non possono avere. Come già detto, il ruolo determinante in merito è svolto dai processi di trasformazione, e solo in misura minore all'utilizzo di farine con qualità tecnologiche differenti. Di conseguenza, utilizzando una semola integrale di una varietà di frumento duro macinata a pietra per fare una pasta trafilata al bronzo ed essiccata a bassa temperatura si può ottenere un prodotto difficilmente distinguibile da un prodotto ottenuto con la stessa procedura ma realizzato con una semola derivante da un grano antico¹¹⁵. Affermare, inoltre, che un sapore presente nelle varietà antiche sia impossibile da ritrovare in quelle moderne va contro i principi proposti dalle leggi di Mendel¹¹⁶. Mendel, infatti, ci insegna che incrociando una pianta di pisello con semi verdi e buccia rugosa e una a semi gialli e buccia liscia è possibile ottenere piselli con semi verdi e buccia liscia e con semi gialli e buccia rugosa. Dunque, per forza di cosa, combinando una specie di frumento moderna con una specie di frumento antica deve essere possibile ottenere varietà con le caratteristiche produttive dei frumenti moderni e le caratteristiche qualitative dei frumenti antichi¹¹⁷. Tuttavia, l'antico, più che garanzia di qualità nutrizionale, rappresenta per i produttori e per i venditori garanzia di vendibilità: usare il termine antico, che il grano lo sia effettivamente oppure no, rappresenta la possibilità di dichiararsi appartenenti a una nicchia di mercato che differenzia i propri prodotti da quelli contenenti farine derivanti da tutti gli altri frumenti.

¹¹⁴ Ivi p. 146

¹¹⁵ Ivi p. 145

¹¹⁶ Ivi p. 80

¹¹⁷ Ivi p. 80 e 81

Da una semplice mossa di marketing deriva una valanga di *fake news*, molto spesso finalizzate a screditare e demonizzare i grani moderni al semplice scopo di magnificare i grani antichi senza alcuna base scientifica, per la maggior parte decantando il ridotto contenuto di glutine in questi grani rispetto a quelli moderni, quasi volendo sottintendere che si tratti di una componente velenosa¹¹⁸. Altre *fake news*, riportate da Cattivelli, riguardano la contaminazione da OGM. Alcuni sostengono che grani come il Senatore Cappelli sono esenti da “contaminazione da mutagenesi” mentre i grani moderni siano “OGM irradiati”. La realtà, però, è ben diversa: Cattivelli ci spiega che in nessun posto del mondo oggi si coltiva grano duro OGM e che la riduzione dei culmi e la diversa composizione del glutine delle piante moderne derivano apposite selezioni di geni e non come conseguenza di radiazioni¹¹⁹. Nel 2010, la cattiva interpretazione del titolo di uno studio scientifico condotto da Van den Broeck e colleghi genera confusione e allarme. Bressanini ci offre una spiegazione chiara e facilmente comprensibile dell'accaduto:

Nel 2010 Hetty Van den Broeck e colleghi studiano la presenza di due epitopi tossici per i celiaci (chiamati Glia-alpha9 e Glia-alpha20) [...] I ricercatori analizzano 36 grani rilasciati principalmente negli anni '80 e '90. Sono 34 grani tedeschi, uno polacco e uno britannico. Li confrontano poi con 50 grani antichi, o popolazioni, di un po' di tutto il mondo. Come il Noè e il famoso Akagomugi, il grano giapponese usato da Strampelli per i suoi incroci. Vanno quindi a ricercare i due epitopi su tutti questi grani. I risultati mostrano che sia nei vecchi che nei nuovi c'è una ampia variabilità della presenza dei due epitopi, quindi esistono grani antichi più pericolosi per il celiaco e grani antichi meno pericolosi. E la stessa cosa si può dire per quelli più recenti. I già citati “antichi” Akagomugi e Noè per esempio risultano essere mediamente più tossici del grano Irakeno CGN08327, e sono quelli usati da Strampelli nei primi decenni del XX secolo per produrre grani che ora in Italia vengono considerati “antichi”. E anche Cadenza, il solo grano britannico moderno inserito nello studio, risulta molto meno tossico per i celiaci sia di tutti i grani tedeschi moderni considerati, ma anche di molti grani antichi. Se considerati come un gruppo, nei grani più recenti l'epitopo Glia-alpha9 è presente in maggior quantità, forse un risultato casuale della selezione genetica effettuata nei decenni, mentre ci sono 15 grani antichi su 50 che hanno una minor quantità di epitopi tossici. [...] Il messaggio che è passato [...] è “il grano moderno è più tossico di quello antico” mentre avrebbe dovuto essere “sia tra i grani antichi che tra quelli più recenti si sono varietà più tossiche e varietà meno tossiche. L'epitopo tossico Glia-alpha9 è più diffuso in quelli moderni ma reincrociandoli con materiale antico è possibile ridurlo”. E di sicuro i ricercatori hanno giocato un po' sporco, peccando di sensazionalismo nel titolo “*wheat breeding may have contributed to increased prevalence of celiac disease*”, “*Il miglioramento genetico del frumento potrebbe aver contribuito all'incremento della celiachia*”¹²⁰.

¹¹⁸ Ivi p. 82

¹¹⁹ Ivi p. 97

¹²⁰ Van den Broeck, H. C., de Jong, H. C., Salentijn, E. M., Dekking, L., Bosch, D., Hamer, R. J., ... & Smulders, M. J. (2010). Presence of celiac disease epitopes in modern and old hexaploid wheat varieties: wheat breeding may have contributed to increased prevalence of celiac disease. *Theoretical and Applied Genetics*, 121(8), 1527-1539.

In sintesi, Bressanini ci offre un altro chiaro esempio di come non sia giusto e affatto produttivo fare distinzioni nette tra grani antichi e grani moderni; soprattutto, l'autore ci offre un chiaro esempio di quanto sia facile generare e diffondere allarmismo semplicemente non badando attenzione al titolo di una ricerca o, d'altra parte, estrapolando l'intero contenuto della ricerca stessa limitandosi a leggerne il titolo. Ancora, riguardo alla percezione, purtroppo diffusa, del Glutine come male assoluto per l'organismo umano, Cattivelli durante un dibattito intitolato "Grani antichi. Una moda piena di falsità" ha dichiarato:

Il 20% delle calorie consumate dall'uomo nel mondo è a base di frumento. A livello nutrizionale il cosiddetto grano antico ha un 20% in più di minerali rispetto agli odierni, ma va tutto visto all'interno di una dieta equilibrata. Se mettiamo un cucchiaino di pomodoro nella pasta che mangiamo abbiamo già molti antiossidanti in più del 20%. Lo stesso discorso vale sul glutine, non ci sono evidenze scientifiche che affermano che le farine antiche ne hanno meno in assoluto. E qui entra in gioco il mito della farina di Manitoba importata in Italia negli anni Sessanta dal Canada. Questa farina, che si chiama così solo perché è il nome della regione che lo produce, veniva utilizzata perché considerata una farina di forza con più glutine e che, dunque, dava più sapore e morbidezza ai prodotti da forno, al contrario delle farine che venivano usate in Italia all'epoca che erano poverissime di glutine e necessitavano di tempi di cottura molto lunghi. Ma nel tempo i caratteri della Manitoba sono stati selezionati e incrociati con quelli dei nostri grani per avere farine equilibrate e giuste sotto il profilo nutrizionale. Il glutine non deve mangiarlo chi è celiaco, per tutti gli altri è una fonte di nutrimento essenziale¹²¹.

In Italia le aree marginali sono sempre più abbandonate, ce ne offre un'evidente prova la produzione nazionale di frumento tenero che è passata dalle 7 milioni di tonnellate negli anni Settanta ai 3 milioni di oggi, valore che rappresenta solo il 40% del fabbisogno nazionale¹²². Ovviamente l'abbandono delle aree marginali è solo uno dei motivi di questo vertiginoso calo; fatto sta, però, che fino agli anni Settanta-Ottanta queste aree erano coltivate principalmente a grano e foraggio, due prodotti poco remunerativi. Aggiungendo questo fattore alla difficoltà di meccanizzazione di queste aree, alla loro scarsa produttività e alla ridotta scelta di possibili colture non restava altra scelta che il loro abbandono. Qui entrano in gioco i grani antichi: oltre che essere considerati e valorizzati per la loro fondamentale importanza storico-culturale, queste specie dovrebbero essere considerate

¹²¹ Accademia Nazionale di Agricoltura, *I grani antichi sono una bufala che truffa il consumatore*, 2023.
<https://www.accademia-agricoltura.it/i-grani-antichi-sono-una-bufala-che-truffa-il-consumatore/>

¹²² Cattivelli L., *Pane nostro. Grani antichi, farine e altre bugie*, op. cit., p. 35

anche come un'opportunità per recuperare queste aree montane e collinari per produrre senza la necessità di tecnologie agricole avanzate¹²³.

2.3 Esperienza sul campo: intervista al Dott. Riccardo Di Novella sui grani antichi e moderni

Di seguito verrà riportata l'intervista al Dott. Riccardo Di Novella, agronomo forestale ambientale laureatosi presso l'Università degli Studi della Basilicata. Dopo la laurea il suo percorso devia da quello che è il solito percorso di un agronomo forestale, si occupa per lo più di rilievi floristici e toponomastici per conto di enti, attraverso progetti con il Parco Nazionale del Cilento, del Vallo di Diano e degli Alburni, attraverso progetti con il CREA – Centro di ricerca per Olivicoltura, Frutticoltura e Agrumicoltura (OFA) di Caserta, attraverso progetti con le Università Parthenope e Federico II di Napoli e con l'Orto botanico di Napoli. Nel suo percorso post-laurea il Dott. Di Novella si è cimentato per lo più nell'ambito dell'erboristeria, della fitoterapia e di quelli che possono essere definiti 'rimedi naturali', oltre a temi fondamentali per il suo territorio come la difesa e la salvaguardia della biodiversità, sia per quel che riguarda le piante coltivate che la vegetazione spontanea. Il suo lavoro però non parte da zero, prosegue, infatti, su un percorso tracciato da suo padre, che svolgeva attività di ricerca sul campo e di censimento legato alle specie vegetali agricole, grazie al quale si è resa possibile la nascita dell'Ecomuseo della Valle delle Orchidee e delle antiche coltivazioni con sede a Sassano, in provincia di Salerno. In questo Ecomuseo è a disposizione una banca semi e una piccola rete di "Coltivatori custodi" che all'interno di campi "Collezione" hanno messo a dimora grani e cereali locali. Attualmente, il Dott. Di Novella, inoltre, insegna chimica presso l'Istituto di Istruzione Superiore Pomponio Leto a Teggiano, in provincia di Salerno, e lavora in collaborazione con enti pubblici e privati per ciò che riguarda investimenti di risorse da parte della regione Campania nell'ambito agricolo e artigianale. Nell'intervista che segue, si è cercato di spaziare, seppure non con tantissime domande, e di comprendere a grandi linee quelli che sono gli argomenti trattati fin qui in questo capitolo, provando a cogliere il parere del Dott. Di Novella su argomenti legati ai grani: nello specifico, sulle differenze agronomiche tra antichi e moderni, sull'impatto che possono avere i grani antichi sulla valorizzazione territoriale se sfruttati a dovere, sull'importanza e sul peso delle tecniche di trasformazione dei grani, sulle tecniche innovative per aggirare le

¹²³ Ivi p. 96

difficoltà che in passato hanno portato alla sostituzione delle specie antiche e, quindi, sulla pubblicità e sulla percezione del consumatore riguardo alle specie antiche.

A) Quando e in che modo ha incontrato i grani antichi nel suo percorso?

R) Essendo mio padre, il dottor Nicola Di Novella, un farmacista, appassionato di botanica e direttore del Museo delle erbe di Teggiano (SA) mi ha trasmesso quelle che sono le sue passioni e i suoi interessi. Circa quarant'anni fa si rese conto che a rischiare l'estinzione, più che le piante spontanee, erano le piante coltivate fino a quel momento a causa delle nuove varietà più facilmente adattabili a sistemi di coltivazione intensivi; le cultivar e gli ecotipi sviluppati sul nostro territorio andavano via via scomparendo; dunque, iniziò questa attività di censimento finalizzata alla loro salvaguardia. Nel 2014 poi ho concretizzato il mio percorso di studi incentrando la mia tesi di laurea proprio sulla micro-filiera dei grani antichi e sull'eccellenza della filiera cerealicola. Successivamente, ho curato una filiera cerealicola legata sempre ai grani antichi chiamata 'Nonna Juccia' marchio sotto il quale è stata intrapresa la commercializzazione tra il 2015 e il 2016, nonostante poi il progetto sia stato portato avanti più per uno studio e con un obiettivo di salvaguardia, piuttosto che a scopo commerciale; tant'è vero che la produzione di farina per la vendita è piuttosto limitata, finalizzata quasi esclusivamente a garantire un ritorno economico ai coltivatori che ogni anno sono disposti a investire risorse e idee in questo progetto permettendo il proseguimento del percorso. A consentire la realizzazione e la costanza in questo percorso è anche Paolo De Simone, ambasciatore della Dieta Mediterranea nel mondo, partito da Vallo della Lucania da una realtà che consiste in un panificio che accompagna il cliente dalla caffetteria all'enoteca, dalla cucina al market chiamato StoriediPane, fino ad arrivare a Milano con il suo ristorante 'Modus' attraverso il quale divulga la cucina cilentana. Insomma, una figura di spicco nell'arte bianca, le cui pizzerie sono spesso in cima alle varie classifiche.

A) A livello agronomico, cosa differenzia i grani antichi dai moderni?

R) La differenza sostanziale sta nell'altezza della spiga: quella dei grani antichi era molto più alta, in linea di massima superava il metro e mezzo e questo rappresenta uno dei motivi principali per cui c'è stata una sostituzione con quelli definiti moderni. Tuttavia, non è netta la distinzione tra le specie antiche e quelle moderne, quando si parla di grani moderni spesso ci si riferisce fondamentalmente a quelli coltivati dagli anni '60 circa, quando il miglioramento genetico ha spinto ad abbassare i culmi delle piante. Quando si parla di grani antichi, inoltre, si fa riferimento a una vasta tipologia di varietà ed ecotipi soprattutto appartenenti ai grani duri e ai grani turanici. Purtroppo, oggi c'è molta disinformazione riguardo all'argomento, da diversi punti di vista: spesso i grani antichi vengono identificati come 'il Sacro Graal' dell'agricoltura cerealicola, in realtà la varietà è importante, dato che comunque gli aspetti genetici influiscono, ma non tanto quanto le cure culturali in campo. Ad esempio, ci sono specie di grani antichi coltivati in territori come il Canada dove vengono applicate coltivazioni intensive con una serie di cure culturali non proprio genuine. Dunque, l'aspetto genetico è importante, ma a fare davvero la differenza sono le pratiche di coltivazione. In linea di massima, comunque, per quanto riguarda il territorio del nostro Parco Nazionale, sono definibili grani antichi quelli oltre il metro e cinquanta coltivati nel nostro territorio fino agli anni '40/'50 circa, mentre i grani moderni possono essere identificati nelle specie con i culmi più bassi che, a partire dagli anni '60 circa, li hanno sostituiti. A livello

nutrizionale, invece, le varietà in questione possono essere distinte a seconda del contenuto in glutine. Anche esso dipende molto dalle cure culturali: se, ad esempio, si effettua una concimazione azotata o mineraria il contenuto di glutine nel chicco aumenta esponenzialmente. Questo potrebbe essere uno dei motivi per cui l'intolleranza al glutine è molto più diffusa rispetto ai tempi di una volta.

A) Che impatti positivi hanno la riscoperta e il riutilizzo di queste specie sulla valorizzazione del territorio?

R) Per quanto riguarda il nostro territorio, possono ricoprire un nodo cruciale. Fino al periodo fascista, il Vallo di Diano era una piana alluvionale e prima della bonifica l'attività agricola era svolta esclusivamente in aree collinari e di montagna, agricoltura di cui ancora oggi si conservano i segni. La particolarità di questo territorio, attualmente, sta proprio nella sua capacità di contenere la massima varietà di biosfere diverse, rappresentando un eccezionale scrigno di biodiversità. Questo vale anche per i grani antichi, dato che alcune varietà si trovano esclusivamente in nicchie territoriali interne come la nostra. Ovviamente, per valorizzare ciò è fondamentale che le amministrazioni siano in grado di trasformare questa risorsa in una forma di sviluppo per il territorio andando a capire che influenza possano avere i mezzi di coltivazione, che tipo di coltivazione è meglio praticare conoscendo i metodi tradizionali, puntando anche sui sistemi legati all'ecosostenibilità attuale. Unire sinergicamente tutti questi fattori è fondamentale per valorizzare al massimo queste varietà, non solo per la loro valenza in quanto grani antichi ma soprattutto perché rappresentano un prezioso tratto identitario del nostro territorio. Se si immagina il rilievo mediatico che può avere, ad esempio, la salvaguardia di un monumento che ha alle spalle diversi millenni di storia, è fondamentale dare eguale rilevanza a specie vegetative con millenni di storia genetica alle spalle. Questo è doveroso in un territorio come il nostro, nominato dall'UNESCO come riserva di biosfera: il massimo riconoscimento in termini di biodiversità che può essere riconosciuto ad un territorio.

A) Quali sono le maggiori varietà di grani antichi autoctoni del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano?

R) Ci viene testimoniata, grazie ai documenti che attestano il pagamento di dazi attraverso lo scambio di questi cereali, la presenza di segale detta 'Iurmano', termine che deriva da Germano, il quale sta proprio ad indicare le popolazioni che per prime hanno fatto scoprire questo cereale al nostro territorio, già dal 1600. Andando più a ritroso nel tempo, troviamo i fagioli rossastri/marroncini tipici della zona cilentana, citati dal Mattioli come 'Fagiuoli Turcheschi'. Ritornando a parlare di grani antichi, però, le specie autoctone del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni maggiormente presenti ed utilizzate sono, oltre ovviamente al già citato 'Iurmano', la Carosella (uno dei primi grani teneri), la Saragolla (appartenente ai grani turanici, simile al kamut), la Senatore Cappelli dei primi del '900, la rossina (riconducibile al gentil rosso) e molte altre.

A) Ritiene possibile e, eventualmente, una scelta sensata adattare la produzione di grani antichi alle tecniche di commercio odierne, attuando processi di standardizzazione produttiva a fini commerciali senza intaccare le qualità del prodotto?

R) Ritengo che, se elaborato in maniera intelligente, un adattamento del genere sia doveroso. Credo sia necessario, per procedere nella maniera più intelligente possibile, riunire le realtà territoriali molto frammentate come le nostre, riunendo le diverse aziende agricole allo scopo di recuperare le aree collinare e montane coltivate in passato ma ormai abbandonate, aspetto fondamentale anche dal punto di vista idrogeologico. Potrebbe essere fondamentale andare a studiare una forma di commercio finalizzata a valorizzare la produzione in queste aree cercando di sviluppare un'idea di agricoltura multifunzionale: un'agricoltura che 'racconta' la materia prima, come è coltivata e trattata, permettendo e incentivando la visita dei luoghi dove ciò avviene, svolgendo attività dimostrative, sapendo raccontare un territorio in cui l'azienda ha la possibilità di evolvere, stimolare gli enti. Non solo quindi lotta al dissesto geologico e presidio sul territorio, ma anche il mantenimento dell'unità del paesaggio che, grazie alla collaborazione del Ministero o chi per lui, potrebbe portare ad un progetto di filiera vincente dove tutti possono essere partecipativi allo scopo di tirarne fuori delle produzioni di eccellenza. Provare a trasferire un su questo territorio un modello di agricoltura già sviluppato all'interno di un altro, come successo in passato, porta alla nascita di progetti senza futuro per la singolarità che questo territorio offre: se, ad esempio, si prova ad adattarlo a modelli come quello della piana del Sele o dell'agro Nocerino-Sarnese si avrà un insuccesso annunciato, dovuto alla evidente diversità del territorio, non costituito, a differenza dei casi citati, da vaste aree pianeggianti. Se, invece, si attuano iniziative di conoscenza e divulgazione del territorio e delle sue caratteristiche, si può arrivare a capire che questo progetto deve partire prima dalle peculiarità dell'area geografica e poi focalizzarsi sul prodotto in sé, piuttosto che il processo inverso. Dunque, se attuata in maniera adeguata, una progettazione del genere potrebbe portare a creare un mercato grazie al quale il consumatore può comprare, ad esempio, un pacco di pasta prodotto esclusivamente partendo da grani autoctoni del territorio, con farina prodotta da molini del territorio. Non è cosa da poco considerando che il Cilento e il Vallo di Diano si trovano incastonati in un'area che ha pochi eguali in termini di salvaguardia botanica locale, trovandosi tra tre Parchi Nazionali: ad est il Parco Nazionale dell'Appennino Lucano Val d'Agri – Lagonegrese, a sud il Parco Nazionale del Pollino e partendo dal Vallo di Diano fino alla costa ovest il Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni.

A) Quanto è importante la tecnica di macinazione per esaltare le qualità dei grani e qual è quella da prediligere?

R) La tecnica di molitura del grano è fondamentale per la buona riuscita di una farina, sia in termini produttivo-commerciali che nutrizionali. La maggior parte dei molini oggi giorno utilizza molini a cilindri, la tecnica migliore consiste sicuramente nell'utilizzo di molini a pietra. Il risultato della molitura messa in atto con molini a pietra dipende molto anche dalle capacità del molitore, fatto sta che da questo metodo è possibile ottenere un risultato corrispondente al 100% del contenuto del seme, una farina, dunque, al 100% integrale. In quelle definite 'integrali', ottenute dalla molitura a cilindri, solitamente la crusca viene trattata a parte e aggiunta alla farina bianca successivamente. Entrambi hanno i loro pro e i loro contro: una farina molita a pietra, come contro, ha una shelf-life sicuramente minore; d'altro canto, una farina molita a cilindri raffinata è sicuramente migliore per la realizzazione di impasti lievitati.

A) Quali sono le tecniche messe in atto per aggirare le difficoltà che in passato hanno portato all'abbandono della coltivazione di questi grani a favore di specie moderne, come l'allettamento dovuto alle considerevoli altezze?

R) Si attua una tecnica attraverso l'utilizzo di raggi per far sì che la pianta risulti più bassa; l'allettamento è causato dal vento forte o dal transito degli animali, era buona abitudine, in passato, per evitare questi problemi, mettere delle siepi intorno alla coltivazione. Ovviamente questo in aree montane non è possibile. Sul nostro territorio l'abitudine è quella di far pascolare le pecore (ma non le capre) le quali brucano il campo e quindi, tagliando l'erba, favoriscono la crescita della pianta stessa in più punti consentendo una crescita più compatta e meno sviluppata verso l'alto, favorendo una maggiore copertura del campo. Ovviamente, questi metodi non sono sempre sufficienti per arginare i fenomeni che portano ad allettamenti o avvenimenti simili, anche per questo è fondamentale ribadire che non è giusto additare i grani moderni come il male assoluto, dato che sono stati introdotti per tutta una serie di motivazioni agronomiche e commerciali. Riprendendo quanto detto prima, la distinzione adeguata da fare è quella tra cure culturali etiche secondo la salvaguardia dell'ecosistema e delle pratiche tradizionali e quelle che possono portare solo a perdita della biodiversità e a danni a carico degli ecosistemi.

A) Pensa il pubblico abbia un'immagine distorta o veritiera dei grani antichi, e come pensa che si possa meglio comunicare l'unicità e il valore dei grani antichi a un largo pubblico di gastronomi e consumatori in genere?

R) L'aspetto fondamentale che, a parer mio, andrebbe trasmesso al consumatore è l'utilizzo di una materia prima che è seguita nella sua produzione, nata e sviluppata in un territorio sano senza l'utilizzo di pesticidi o diserbanti. È fondamentale far capire che dietro una materia prima non c'è solo un nome, un marchio; il presidio o il marchio non sempre è sinonimo di qualità, un esempio sono le numerose aziende che usano i termini biologico o da agricoltura biologica come se fossero rappresentazione di qualità: in realtà queste coltivazioni possono trovarsi immediatamente di fianco ad altre che non coltivano secondo regimi biologici. Per questo ciò che è veramente fondamentale per garantire qualità è far conoscere i territori in cui si produce, far capire che dietro una determinata materia prima c'è un territorio unico, c'è l'applicazione di un'agricoltura particolare. Riassumendo, per informare il consumatore al meglio è fondamentale essere sinceri, attuare iniziative di coltivazioni di ecotipi locali con criteri che diano valore al territorio specifico in cui si sviluppa, permettendo al consumatore di conoscere davvero ogni processo della filiera. Bisognerebbe, inoltre, allargare il campo di informazione del consumatore ad altri canali. Un esempio sono le ricette di cucina, quasi sempre è indicato "aggiungere 500 gr di farina", in contrasto a ciò si dovrebbe, secondo me, reintrodurre l'utilizzo di termini che indicano la provenienza di quella farina. Nelle epoche precedenti come 60/70 anni fa era molto diverso, i nostri nonni avevano un'elevata conoscenza della biodiversità locale, durante la settimana si consumavano quasi tutti i giorni minestre preparate con verdure a foglia verde, patate, fagioli, cicoria ecc., tutta una gamma di piante spontanee raccolte direttamente dal loro habitat naturale e, quindi, ideale. Lo stesso vale per i grani. È su questo tipo di dieta che si è sviluppato lo studio condotto nel Cilento da Ancel Keys per elaborare la Dieta Mediterranea; oggi, la visione di ciò che è successo allora è piuttosto distorta, quando si parla di prodotti della Dieta Mediterranea spesso si pensa erroneamente al formaggio o al salume locale possedente un determinato marchio, mentre lo studio del fisiologo americano si basava sulla dieta povera dei nostri contadini basata sui prodotti prima citati, notando un'incidenza delle malattie cardiovascolari molto bassa. Per cui, oggi che tutto ciò non esiste più, dovremmo essere bravi noi a guidare i turisti e i consumatori che vorrebbero conoscere i luoghi e i prodotti veri della Dieta Mediterranea, oltre a promuovere gli stili di vita che questo sistema presuppone.

A) Quali sono le caratteristiche peculiari che rendono il Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano il luogo ideale per queste specie?

R) Spesso, prendendo come riferimento l'intera penisola, la distinzione viene fatta tra le zone di nord, centro e sud. Secondo me, la frammentazione giusta sarebbe da applicare dividendo i diversi ecosistemi tra zona collinare, montana, zona valliva e costa. Se ci si fa caso, infatti, le produzioni su suolo nazionale sono comuni nelle aree geografiche simili sotto questo punto di vista. Questo anche per la matrice storica legata ai tipi di civiltà che vivevano a queste diverse altitudini. Dunque, più che andare a riconoscere certe produzioni bisogna andare a riconoscere il tipo di area geografica a cui sono collegate. Quindi, in una zona come quella del Vallo di Diano, principalmente valliva, le coltivazioni dominanti sono quelle di grano tenero, nelle zone meno presenti come le aree montane la coltivazione è destinata ai grani duri e alla segale, quindi al 'Iurmano'. Ha più senso parlare, piuttosto che di grani antichi o moderni, di specifici ecotipi locali che hanno avuto la possibilità di evolversi, continuando a farlo ancora oggi, nel territorio a loro più congeniale.

A) Che ruolo pensa possano avere i grani antichi nella gastronomia del futuro e qual è, secondo lei, la via da intraprendere per sfruttare al meglio il loro valore?

R) Come dicevo prima, in questo territorio c'è la possibilità di incontrare il consumatore e raccontargli che dietro le materie prime e le produzioni locali c'è una cultura, c'è un'identità territoriale. Oggi c'è una tendenza crescente da parte delle amministrazioni a occuparsi delle aree urbanizzate che rappresentano una piccolissima parte del nostro territorio, basta pensare che la parte valliva, quella più abitata del Vallo di Diano, rappresenta solo circa il 15/20% del territorio. Andare a recuperare molti dei territori facenti parte del restante 80/85%, può diventare importante non solo perché porterebbe ad un esponenziale aumento della produttività, ma anche perché ci darebbe la possibilità di ricucire un po' il rapporto con il nostro passato e con la nostra identità territoriale sviluppatasi soprattutto in queste zone che attualmente sono abbandonate e spesso boschive. Poi, a mio parere, la modernità non ha portato solo a conseguenze negative, credo bisognerebbe riuscire a trovare un giusto compromesso mantenendo la focalizzazione sugli obiettivi ecosostenibili di mantenimento del territorio, sulla ricchezza del nostro suolo e dei nostri ecosistemi, cercando al contempo di lavorare all'idea di agricoltura funzionale a cui accennavo poc'anzi, lavorando sulle aziende agricole sia in termini culturali che di proposta offerta, cercando di far diventare tali aziende agricole delle micro filiere che permettano di restituire al produttore un valore maggiore dalla commercializzazione dei loro prodotti. L'etica, poi, del produttore o venditore nei confronti del consumatore o compratore dovrebbe essere un requisito imprescindibile, stimolando le persone a voler e saper riconoscere di nuovo le materie prime, come si faceva un tempo. Alle azioni di tipo commerciale, quindi, bisognerebbe accostare le azioni a taglio culturale in modo tale da far sì che le persone possano riconoscere il reale valore nelle materie prime e in particolare nelle coltivazioni dei cereali.

CONCLUSIONI

Attraverso il lavoro appena concluso, partendo dall'introduzione di alimenti e specie vegetali provenienti da diverse aree del globo, è stato analizzato come il sistema alimentare e culturale italiano abbia assimilato queste novità adattandole alle tecniche e alle abitudini alimentari già consolidate nella nostra comunità. In particolar modo, abbiamo ripercorso l'evoluzione della tradizione e dell'identità culinaria italiana fino ad arrivare ai giorni nostri, in cui innumerevoli ricette, culturalmente ricollegate alla tradizione e al territorio, contengono ingredienti di origine esotica. Successivamente il focus si è spostato sulla crescente tendenza dell'ultimo decennio di riproporre e rivalorizzare specie antiche di grani italiani, spesso strumentalizzando la loro natura e contrapponendoli alle specie moderne. Nell'elaborato è stato dimostrato come l'analisi delle diverse ricerche basate su studi scientifici abbia portato a rivalutare questa contrapposizione, attraverso i contributi nutrizionali, economico-commerciali e ambientali che queste due diverse categorie di frumento possono offrire alla comunità gastronomica. Ne risulta che nessuna delle due categorie possa essere considerata migliore dell'altra in via assoluta e che entrambe, in diversi contesti e per diverse ragioni, sono preziose e andrebbero valorizzate per il miglioramento in ambito nutrizionale, ambientale, commerciale e paesaggistico. Abbiamo riscontrato, inoltre, che valorizzando l'utilizzo di alimenti prodotti utilizzando farine integrali, di grani antichi o moderni, lavorate secondo metodi che garantiscano un'alta resa di conservazione delle caratteristiche qualitative e sensoriali del grano utilizzato è possibile migliorare di gran lunga la qualità della nostra alimentazione. Grazie alle informazioni appena citate, è stato possibile rivalutare e rendere nulle numerose dicerie e *fake news* riguardo i grani moderni, spesso diffuse attraverso campagne di marketing di prodotti contenenti farine di frumenti antichi esclusivamente allo scopo di rendere più attraente agli occhi del consumatore il prodotto sponsorizzato, spesso toccando argomenti delicati come la sensibilità al glutine non celiaca e la celiachia stessa. Anche queste patologie sono spesso strumentalizzate, manipolate per identificare il glutine, componente proteica preziosa e importante per l'organismo, come una componente alimentare tossica da cui stare alla larga. Oltre alle varie pubblicazioni scientifiche prese in consegna, l'intervista al Dott. Di Novella è una preziosa risorsa di informazioni e di pareri da chi lavora

da tutta la vita a contatto diretto con le produzioni e, quindi, può offrirci un punto di vista consapevole e dedito. Anch'egli è d'accordo nell'identificare i prodotti integrali come alimenti da prediligere per uno stile di vita più sano, ribadendo l'importanza, al pari dell'alimentazione, degli altri principi per uno stile di vita sano stilati dalla Dieta Mediterranea. Anche il Dott. Di Novella offre delle considerazioni riguarda all'importanza nella dieta, nell'agricoltura e nella cultura di specie che fanno parte sia della categoria dei frumenti moderni che dei frumenti antichi, associando a questi ultimi una particolare importanza come strumento di rivalorizzazione delle aree marginali. Ribadisce, inoltre, il ruolo fondamentale delle istituzioni e dei media, che, a suo parere, dovrebbero incentivare e migliorare la comunicazione con il consumatore, sia per garantire trasparenza che per valorizzare prodotti e aree geografiche dal valore e dal significato, alimentare, storico e culturale incalcolabile.

ABSTRACT

Il lavoro di tesi ha l'obiettivo di divulgare ed evidenziare l'impatto positivo e innovativo che alcuni prodotti antichi, ormai inutilizzati, possono avere sulla cucina italiana contemporanea. Al contempo, il lavoro si pone l'obiettivo di valorizzare l'innovazione scientifica e tecnologica che ha portato all'introduzione di specie 'moderne', spesso demonizzate, che non solo hanno portato innovazione in ambito commerciale, ma anche dal punto di vista nutrizionale e agronomico. Nello specifico, verrà preso in esame un excursus storico, evidenziando come la continua e progressiva inclusione di prodotti esotici abbia, paradossalmente, risvegliato l'interesse per la riscoperta di prodotti antichi ormai inutilizzati; effettivamente, negli ultimi anni abbiamo osservato un insolito interesse verso la cucina locale caratterizzata da ingredienti freschi e a km 0 e un occhio di riguardo verso la riscoperta di sapori e di prodotti di uso poco comune nella cucina contemporanea. La possibilità di scegliere prodotti qualitativamente migliori che non abbiano subito lavorazioni eccessive, non è il solo obiettivo dell'educazione gastronomica contemporanea, bensì, essa mira anche alla rivalutazione dei prodotti antichi attraverso la cucina moderna. Verrà analizzato, nello specifico, il caso dei grani antichi, specie autoctone reintrodotte dopo essere state escluse dalla produzione a favore dell'introduzione di specie moderne. La reintroduzione dei grani antichi può essere analizzata sotto un duplice punto di vista: in primis, a livello agronomico visto l'importante impatto positivo sulla biodiversità apportata da queste specie; in secondo luogo, per la possibilità, attraverso il loro utilizzo, di rendere di nuovo disponibili luoghi e aree ormai abbandonate dall'agricoltura per rivalorizzarle. Prenderemo in esame il lavoro di riscoperta e divulgazione del Dottor Riccardo Di Novella agronomo forestale e botanico che, attraverso varie collaborazioni con enti pubblici e privati, si impegna nella rivalorizzazione del territorio del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni attraverso la rivalutazione di specie autoctone e la salvaguardia ambientale.

BIBLIOGRAFIA

- Accademia Nazionale di Agricoltura, *I grani antichi sono una bufala che truffa il consumatore*, 2023. <https://www.accademia-agricoltura.it/i-grani-antichi-sono-una-bufala-che-truffa-il-consumatore/>
- BRESSANINI D., Le Scienze blog, Grano antico fa buon glutine?, , 2017. Scienze in cucina. <https://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2017/07/12/grano-antico-fa-buon-glutine/comment-page-4/>
- CAMPANINI A., *Il cibo, Nascita e storia di un patrimonio culturale*. I edizione. Carocci editore S.p.A., Roma, 2019.
- CATTIVELLI L., *Pane nostro. Grani antichi, farine e altre bugie*. I edizione. Il Mulino, Bologna, 2023.
- DE LUCA E., *Spizzichi e bocconi*. I edizione digitale. Giangiacomo Feltrinelli Editore Milano, 2022.
- DIOMEDI D., Umbria7, I grani antichi e Nazareno Strampelli, 2023. I 7 vizi gastronomici. <https://umbria7.it/2023/10/i-7-vizi-gastronomici-i-grani-antichi-e-nazareno-strampelli/>
- GRANDI Alberto, *Denominazione di origine inventata*. Mondadori, Milano, 2018.
- KASARDA, D. D. (2013). Can an increase in celiac disease be attributed to an increase in the gluten content of wheat as a consequence of wheat breeding?. Journal of agricultural and food chemistry.

- MESSEDAGLIA L., *La gloria del mais e altri scritti sull'alimentazione veneta*. Angelo Colla Editore, Costabissara (Vicenza), 2008.
- MONTANARI M., *Il cibo come cultura*. II edizione. Gius. Laterza e Figli Spa, Bari-Roma, 2004.
- MONTANARI M., *Il mito delle origini, breve storia degli spaghetti al pomodoro*. I edizione. Gius. Laterza e Figli Spa, Bari-Roma, 2019.
- SHEWRY, PETER R., AND SANDRA HEY. "Do “ancient” wheat species differ from modern bread wheat in their contents of bioactive components?." *Journal of Cereal Science* 65 (2015)
- TETI Vito, *Dieta mediterranea. Realtà, mito, invenzione*. Treccani, Roma, 2024.
- VAN DEN BROECK, H. C., DE JONG, H. C., SALENTIJN, E. M., DEKKING, L., BOSCH, D., HAMER, R. J., ... & SMULDERS, M. J. (2010). Presence of celiac disease epitopes in modern and old hexaploid wheat varieties: wheat breeding may have contributed to increased prevalence of celiac disease. *Theoretical and Applied Genetics*.

SITOGRAFIA

- <https://www.accademia-agricoltura.it/i-grani-antichi-sono-una-bufala-che-truffa-il-consumatore/>
- <https://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2017/07/12/grano-antico-fa-buon-glutine/comment-page-4/>
- <https://umbria7.it/2023/10/i-7-vizi-gastronomici-i-grani-antichi-e-nazareno-strampelli/>