DOPPIOZERO

Ricette immateriali. Millecosedde

Maurizio Sentieri

24 Ottobre 2018

In una regione in gran parte occupata dagli Appennini più meridionali, una ricetta riesce a mostrare molto della saggezza nascosta nella cucina popolare.

Una pietanza calabrese dal nome evocativo racconta uno dei tanti rimedi alla fame così come le ragioni profonde del valore culturale dell'alimentazione mediterranea, e questo ben prima che Ancel Keys ne rivelasse tutte le "virtù".

Millecosedde, ovvero *mille cose*, come a dire non è la certezza degli ingredienti che conta in questa ricetta se alla fine uno vale l'altro. Quello che in "quel momento" gli orti e la dispensa fornivano erano infatti le variabili presenze per una minestra che aveva comunque nei legumi il suo "centro di gravità", la "forma e sostanza" di un piatto che in origine nasceva tra orti e campi.

Legumi antichi, dimenticati e non: fave, lenticchie, cicerchie, fagioli e poi cipolle e funghi ed altro a dar sapore, l'olio a legare il tutto, infine la pasta in tempi moderni al posto di quello che probabilmente un tempo era stato solo pane raffermo.

Questa ricetta tuttavia è appenninica e mediterranea non tanto negli ingredienti o forse anche negli ingredienti, ma lo è soprattutto nella "filosofia" che ne è alla base, o almeno lo è nella cultura, se si pensa che filosofia significhi solo ricerca sulle cose del mondo e del sapere. No... i contadini della Calabria come delle altre regioni non avevano al centro della loro esistenza la riflessione su cosa fosse "il sapere" ma quella cultura era fatta di *saperi* che risolvevano cose, che rispondevano alle domande della vita – fossero state anche solo quella della sopravvivenza – e di una miglior vita... di un cibo che nutrisse quanto potesse sfamare.

Nella *millecosedde* a ben vedere, la cultura quotidiana che risolve cose e la filosofia coincidono e sembrano coincidere con il *caso.* Sì, è proprio il caso che si affaccia come protagonista di questa ricetta e indirettamente dell'alimentazione mediterranea. Gli ingredienti mutevoli – *millecosedde* – significano infatti che la fame ed il benessere possono essere raggiunte anche affidandosi alla sola *probabilità* di assumere ciò che è necessario: condizione che a ben vedere è principio contrario alla scelta, contrario dunque ad ogni dieta e alla razionalità come "certezza" che governa la natura.

In questo senso, questa ricetta è una sfida alla dietetica ed è anche la conferma di come la probabilità e il caso impastano la nostra esistenza.

Rivelazione quest'ultima che può anche sorprendere o per contro può essere data per scontata ma sulla quale nessuno baserebbe la propria vita né tanto meno ne farebbe verità per comprendere il reale, eppure...

Eppure una minestra fatta di ingredienti variabili ci insegna la regola generale scientificamente alla base di ogni dieta equilibrata, si chiami quest'ultima anche *mediterranea*: una grande varietà di alimenti a comporre la propria alimentazione è infatti la regola principale per il benessere di organismi onnivori come il nostro che necessitano di molte sostanze nutritive. La più grande varietà significa la più grande probabilità di assumere tutte le sostanze necessarie disperse nel creato, la cui esistenza potremmo così anche ignorare. Per l'alimentazione, per la biologia – e forse non solo – non è la sapienza che insegna a vivere...

Così, l'alimentazione mediterranea prima di diventare "patrimonio immateriale dell'umanità", prima delle qualità dell'olio di oliva, del pesce, di questo o quell'altro alimento, era salutare perché composta di un'infinità di poveri ingredienti; era la varietà di quelle povere risorse la sua prima virtù.

La *millecosedde* alla lunga può insegnare come non occorra avere sempre un occhio vigile sul mondo per potersene giovare, insegna che siamo dispersi nella natura senza che per questo debba esserci una ragione, e che dove non arriva una conoscenza certa ne può arrivare una solo probabile.

Il benessere, come la verità, può essere anche questione di caso... questione di probabilità.

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO

