

Umberto Eco e l'insalata

Gianfranco Marrone

20 Settembre 2026

La benemerita operazione di scandaglio della poliedrica opera di Umberto Eco, a dieci anni dalla sua scomparsa (segnalati da lui stesso come frontiera pertinente fra il ricordare e il rileggere, se non il leggere ex novo), riserva euforiche sorprese. Ritroviamo per esempio, in generale, un qualche scollamento fra i temi delle sue opere accademiche o letterarie, diciamo così, maggiori, e quelli delle centinaia di scritti, diciamo così, minori, giornalistici o giù di lì. Di cucina e gastronomia, in particolare, Eco s'è assai poco occupato, a parte le vivande monastiche raccontate nel *Nome della rosa*, le verbose descrizioni di sontuosi piatti nel *Cimitero di Praga* e poco altro. Si sa, del resto, che il *fine dining* non era il suo forte, e non sceglieva mai dove pasteggiare a seconda di stelle e stellette. Andare a cena con lui era bello per tutto – la conversazione sapiente, le barzellette irripetibili, il pettegolezzo accademico – tranne che per il gusto del pasto esperito nell'occasione.

Sorprende dunque – o, girata la frittata, conferma questa prima impressione – la scoperta di due giovani ricercatori bolognesi d'adozione, Marco Giacomazzi e Michele Marmo, che in un recente convegno urbinato hanno, fra gli altri, attirato l'attenzione su un articolo pressoché sconosciuto su strutturalismo e alimentazione pubblicato da Eco nell'*Espresso* del 25 dicembre 1966. Si intitola "La struttura dell'insalata" e va a fondo sulla questione della natura sistematica, e dunque comunicativa, del cibo. Recensendo *Arte della cucina* (Il Polifilo), un'antologia di scritti curata da Emilio Faccioli in quello stesso anno (la scovate nelle librerie dell'usato a prezzi poco abbordabili), Eco vi ritrova lacerti di un trattatello secentesco in 68 capitoli di tale Salvatore Massonio dal titolo inconfondibile: *L'archipidno, o l'arte dell'insalata*. E ne riporta l'idea di fondo, strutturalista ante litteram.

"Noi mangiamo insalata – scrive Eco –, e non ci rendiamo conto del complesso sistema di equilibri che mettiamo in opera nell'approntarla (e nel gustarla): vi poniamo olio, aceto e sale, senza pensare che l'accorta mistura eccita al punto

giusto l'appetito, ma al tempo stesso giustifica il nome del prodotto, che 'insalata' vien detta da questa collaborazione di sapori atti a renderla aspra e stimolante (meglio essendo irritare la gola con la gola stessa che non con il camminare, come vogliono alcuni)". Come dire, anche una vivanda senza infamia e senza lode, spesso considerata come un accessorio inessenziale del pasto, ha una qualche regola di combinazione degli elementi che la compongono. "L'insalata è un contesto, e come tutti i contesti muta il significato degli elementi che collega: e se sale e aceto, da soli, hanno funzione irritante (si usava l'aceto per spaccare i sassi, o almeno Annibale lo fece, e il sale per pietrificare i cadaveri; ma guai se si pietrificasse cicoria, lattuga, indivia, rosa, cipolla o pimpinella), sale e aceto insieme sortiscono effetti nuovi, e di tale peso da costituire, per così dire, l'essenza dell'insalata". Ogni elemento, ha senso e valore, insomma, solo se inserito in una rete di relazioni con altri consimili elementi. Così (a parte il fatto di chiamare contesto quel che oggi chiameremmo semplicemente testo), l'aceto e il sale di Annibale, se pure chimicamente identici a quelli dell'insalata, non sono affatto la stessa cosa. Nessuno, che si sappia, prepara un'insalata per spaccare sassi o pietrificare cadaveri.

Ma non è finita: "E l'olio, in opposizione all'aceto e al sale, acquista proprietà e fa acquistare proprietà a quelli. Appare, a petto dell'aceto asperissimo, quasi più caldo, e più caldo delle erbe in gioco; e la sua 'insipida oleosità', messa in rapporto con l'agrimonia dell'aceto e l'acutezza del sale, appare dolce. Il sale, che è di suo molesto alla lingua, sugli altri elementi interviene come elemento di grazia, e quindi cambia di natura". O forse, ancor meglio, nell'insalata – e in generale in cucina – non esistono proprietà intrinseche degli ingredienti, ma soltanto caratteristiche relazionali. A dispetto delle tante trattazioni singolari dei prodotti alimentari, l'olio (l'aceto, il sale ...), "come un colore che, accanto ad un altro colore, si accende o si spegne, squilla o si fa tenero e somnesso", non ha un gusto in sé ma solo in compagnia ad altri elementi, ad altri sapori.

Un piatto, potremmo dire, è una partita di scacchi. Metafora non azzardata, se difatti, continua ancora Eco, l'insalata di Massonio fa pensare a Saussure: "L'insalata è un 'sistema', nel senso in cui parla di sistema la linguistica strutturale; e nel senso in cui – in un sistema – ogni elemento acquista significato in opposizione con gli altri elementi; ed eliminando un elemento tutto il sistema muta di aspetto". La cucina, perciò, è come la lingua, usufruendo della medesima capacità combinatoria e differenziale. Ma, rispetto a quest'ultima, ha codici meno costrittivi anche se altrettanto rigorosi: "se c'è un codice del palato, non sarà 'forte' e bene organizzato come quello della lingua, e nemmeno come quello di alcuni linguaggi formalizzati, quali l'alfabeto Morse o il codice delle segnalazioni

navali. Ma vale la pena di studiare il Morse o il codice delle bandierine e dei fischietti sui quali si sa già tutto?”. Conclusione che è un auspicio, un’apertura a una nuova pista di ricerca, quella della semiotica della cucina.

Martina Lo Cascio
Mimmo Perrotta

Insalata in busta

**LA FAKE NEWS
DEL CIBO
“MADE IN ITALY”**



Jaca Book



fondazione luigi micheletti

Ecologica

La quale, si sa, ha avuto qualche esito interessante negli ultimi decenni. Ma, se pure i semiologi si sono occupati del luccio alla polacca e della zuppa alla provenzale, di sushi giapponese e del vino di Borgogna, della pasta alla puttanesca o della spigola al finocchietto alpino, delle fettuccine alla norma o della *tartare*, non mi sembra che nessuno sia mai ritornato sulla struttura dell'insalata. Che, pure, dal canto suo merita un supplemento di indagine. Non foss'altro che per la sua immensa varietà, resa possibile, esattamente nel caso della lingua o della fiaba, a partire da alcuni principi invarianti di carattere formale; esattamente quelli individuati da Massonio/Eco: accurata miscela e condimento a contrasto.

Il termine, nonostante la sua evidente etimologia che rinvia all'operazione del salare, ossia del condire, è tutt'altro che univoco: rimanda infatti sia alle varie specie di vegetali impiegate come base sia alle relative procedure di preparazione. In molte parti d'Italia, per esempio, 'insalata' e 'lattuga' sono praticamente sinonimi; mentre altrove questa parola evoca l'idea di una mescolanza, dei molti ingredienti che con lattuga, soncino, indivia, scarola, radicchio, rucola, crescione etc. vengono rimestati, a produrre, nel miscuglio, sentori e sapori nuovi. In termini tecnici si chiama cucina sintetica. È l'idea dell'insalata mista, dove i vegetali, spesso crudi ma anche talvolta cotti, per essere gustati devono essere innanzitutto conditi, ma anche moltiplicati nello spazio e nel tempo. Così, ci sono insalate legate a un luogo (greca, svedese, russa, belga) come a una sostanza di base (riso, pasta, couscous) o a un ingrediente dominante non per forza vegetale (pomodori, cipolla, ma anche formaggio e pere, carne lessa, pollo...).

Altra cosa è, non più la sua composizione interna, ma le relazioni, d'esclusione o di composizione, che l'insalata intrattiene col resto del pasto: se in Italia è contorno, in Francia e altrove è un'*entrée*; se coi cereali o l'aragosta diviene primo piatto, come anche quella russa o la capricciosa; e se invece particolarmente carica di ingredienti proteici finirà per essere piatto unico. Nella gastronomia partenopea, inoltre, esiste la cosiddetta insalata di rinforzo (cavolfiori bolliti, pappacelle sott'aceto, olive, acciughe e gli immancabili olio e aceto), che accompagna il cenone di magro della vigilia di Natale, appunto rafforzandolo. Ancora una volta la medesima struttura acquisisce una differente identità a seconda delle altre pietanze con cui entra, o non entra, in relazione. Da un lato, allora, l'articolazione interna, dall'altro quella esterna. Entrambe indispensabili.

Inutile dire che l'industria alimentare e il suo aggressivo marketing di riferimento hanno fatto di tutto per risucchiare entro il loro alveo produttivo (e consumistico) un piatto che sembra esser destinato alla cucina domestica e, soprattutto, che aspira a esser preparato all'ultimo momento (espresso, si dice) da mani tanto sapienti quanto povere, da menti inventive che fanno instancabile bricolage con ciò che hanno a disposizione in dispensa e in frigo. Nasce così l'insalata imbustata, che troviamo giornalmente in bella mostra al supermercato, dove le verdure mescolate sono già lavate e fatte in pezzi, pronte per esser condite, quello sì, giusto al momento di andare in tavola. Come sempre, si risparmia un po' di fatica e si ha l'illusione – come spiegano Martina Lo Cascio e Mimmo Perrotta in una recente ricerca pubblicata da Jaca Book (*Insalata in busta. La fake news del cibo 'made in Italy'*, pp. 198, € 16) – di consumare roba fresca e salutare. Dimenticando, da una parte, il caporalato di chi quei prodotti freschi raccoglie in condizioni estreme, e, dall'altra, l'inquinamento prodotto dalla lunga, eteroclita filiera che dai campi assolati, via la grande distribuzione, porta ai nostri stomaci in disordine.

Manco a dirlo, quando la cucina si riversa sulla società nascono i conflitti, e l'insalata non è da meno. Resta, a speranza, il monito del vecchio adagio medievale spesso ricordato da Massimo Montanari. Per condire bene l'insalata necessitano quattro persone: un saggio (che dosa la quantità di sale), un avaro (che tiene sotto controllo l'aceto), un prodigo (che sparge olio a piene mani), un matto (che mescola il tutto gioiosamente). La cucina è sì dissidio, ma soprattutto negoziazione.

In copertina, fotografia di [Monika Grabkowska](#).

Leggi anche:

Gianfranco Marrone | [Santi bagnati, bevitori asciutti](#)
Gianfranco Marrone | [Tra gli scaffali del supermercato](#)
Gianfranco Marrone | [Tre stelle a McDonald's](#)
Gianfranco Marrone | [Il panino: attenti a quei due!](#)
Gianfranco Marrone | [Dal tagliere alla città](#)
Gianfranco Marrone | [Cucina a vista e passioni tristi](#)
Gianfranco Marrone | [La pasta, questa conosciuta](#)
Gianfranco Marrone | [La rivoluzione wok](#)
Gianfranco Marrone | [Il gusto della geografia](#)
Gianfranco Marrone | [La grande bouffe e il digiuno](#)
Gianfranco Marrone | [Mangiare con le mani](#)
Gianfranco Marrone | [Fenomenologia del menu](#)
Gianfranco Marrone | [A tavola con Montalbano](#)

Gianfranco Marrone | [Giorgia e la cotoletta diplomatica](#)
Gianfranco Marrone | [Meat sounding](#)
Gianfranco Marrone | [Essere e digiunare](#)
Gianfranco Marrone | [Ubriacarsi di parole](#)
Gianfranco Marrone | [Luigi Veronelli gastronomo e scrittore](#)
Gianfranco Marrone | [Tutti a tavola insieme!](#)
Gianfranco Marrone | [Mangiarsi le parole](#)
Gianfranco Marrone | [Venture e sventure del cuoco contemporaneo](#)
Gianfranco Marrone | [Le voci della carne](#)
Gianfranco Marrone | [Un pranzo veramente abbondante](#)

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](#)

