

Saziarsi in paradiso

Gianfranco Marrone

18 Ottobre 2026

Cosa mangiavano Adamo ed Eva quando alloggiavano nel Paradiso terrestre? Si sa che erano messi bene. A parte il famigerato albero di mele (certuni dicono di fichi), Dio aveva brevettato l'intera natura a loro disposizione: tutto il commestibile – semi, radici, foglie, piante, frutta, uova, multiformi bestie e successivi derivati... –, e di ottima qualità, senza conservanti sospetti o pericolosi additivi, niente surgelati o scatolette, ad accesso libero per i secoli dei secoli. Dovevano solo scegliere in una specie di ancestrale *all can you eat*. E, mancando altra gente in giro che operasse da addetto in cucina, preparavano da sé ottimi pranzi e splendide cene da consumare al chiaro di luna o al solleone che non scottava più di tanto. Una pacchia. Almeno fino alla Caduta.

Sembra una favoletta, ma pone un problema di vaglia: che ne hanno pensato le generazioni successive? E come hanno utilizzato, costoro, per i propri variegati scopi, quelle predilezioni in linea di principio idiosincratiche? Essere i primi uomini sulla terra aveva generato non poche responsabilità nei confronti dei posteri. La strana coppia è finita così per diventare un modello senza volerlo, tutti a imitare gli individui primordiali, senza curarsi di quanto probabili casualità potessero divenire, ex post, leggi imprescindibili di una dietetica troppo umana, abitudini alimentari praticate dai più. Stante il mito delle origini, evergreen storiografico (e, oggi, mediatico) di cui uno come Marc Bloch aborrisce l'esistenza, conoscere significati e dettagli della dieta paradisiaca è rimasto pertanto un tema essenziale, non per quei due che si son fatti sfuggire, scemi, la felicità eterna, ma per noi poveracci che, a causa loro, dobbiamo sgobbare per guadagnarci il pane e, magari, un po' di saporito companatico. Quel che occorreva istituzionalizzare erano i valori a monte da attribuire, tramite il cibo, alla società e all'universo tutto, facendo così diventare buono e giusto (se pure non necessariamente pulito) un ingrediente piuttosto che un altro, una pietanza e non la pur prossima parente.

Dunque, appunto, che cosa mangiavano Adamo ed Eva? e, fra l'altro, che cosa *non* mangiavano? in cosa consisteva la loro dieta? praticavano morigeratezza o

stravizi? Avendo il mondo e la natura ai loro piedi, potevano ingerire – fatto salvo il frutto proibito – quel che volevano. Ma, detto, ciò, quali erano i loro gusti, i sapori preferiti, le pietanze irrinunciabili? E soprattutto: sulla base di quali principi impliciti (etici, estetici, politici, metafisici) avevano operato le loro scelte di gusto e di passione? Il Paradiso terrestre, evidentemente, era il non plus ultra. Ne consegue che lì regnasse il bene e l'armonia, la perfezione, la correttezza – di modo che il gusto delle cose, divenuto gusto della specie, non poteva essere obiettivo di critica poiché non disputabile, come dire universale e necessario. Appellarsi a esso, a quelle preferenze originarie e alle loro motivazioni filosofiche, è divenuto difatti, nei già citati secoli dei secoli, argomento clou, al tempo stesso furbo e arrischiato, fluttuante e roccioso.

Ed ecco allora la domanda vera, quella che il fior fiore di teologi, filosofi, scienziati e nutrizionisti d'ogni epoca e nazione si sono regolarmente posti: Adamo ed Eva erano vegetariani? Mangiavano solo roba vegetale oppure ingurgitavano serenamente, abitando il paradiso in terra, anche carne animale preventivamente uccidendo ignare ma appetitose creature? Capiamo subito che, in assenza di fonti primarie o prove secondarie, qualsiasi risposta a tali interrogativi è sempre stata – e persiste a essere – costitutivamente tendenziosa. Presuppone difatti, in chi s'arrischia a fornirla, un pregiudiziale pacchetto di credenze e di valori. Risponderanno di sì (e cioè che i due erano vegetariani) i vegetariani, mentre diranno il contrario gli habitués della dieta carnea. E potevamo immaginarlo: l'interpretazione della Bibbia si fa indicazione dietetica – e viceversa.

Guillaume Alonge
Olivier Christin

Adamo ed Eva erano vegetariani?

La dieta del Paradiso



Quel che più importa, come sostengono gli storici Guillame Alonge e Olivier Christin in un bel libro che s'intitola [Adamo ed Eva erano vegetariani? La dieta del Paradiso](#) e che Il Mulino propone adesso in traduzione italiana (pp. 184, € 20), sono, da un lato, le conseguenze ideologiche di tali risposte e, dall'altro, le arzigogolate argomentazioni che provano a motivarle. Cominciamo da queste ultime, tutte fondate, appunto, sui nessi, solo a prima vista stravaganti, fra regimi alimentari e credenze religiose, gastronomia ed ermeneutica, rifiuto della carne e aspirazione verso l'al di là, vegetarianismo e creazionismo. Ricostruendo un lungo e ampio dibattito che tra fine Cinquecento e primo Settecento si è acceso nei principali Paesi europei, i due studiosi hanno osservato che alla sua base c'è l'idea di armonia ed equilibrio, bellezza e correttezza, naturalità e benessere che per definizione caratterizzerebbe un ambiente paradisiaco tutto *peace and love*. Si diceva perciò che i nostri progenitori non potevano uccidere gli animali per cibarsene poiché avrebbero trasgredito tale ordine del Creato. È soltanto dopo la Caduta, per fame disperata e punizione divina, che gli uomini avrebbero cominciato a cibarsi degli animali. Ma gli interlocutori rispondevano additando la gran quantità di belve carnivore che il Paradiso terrestre avrebbe serenamente ospitato, considerando perciò la violenza a fini alimentari una normale legge di natura. Prova ne sia, dicevano questi ultimi, che se gli animali carnivori fossero stati soggetti irregolari, violenti trasgressori delle pacifiche tassonomie divine, Noè non se li sarebbe portati nell'Arca e li avrebbe lasciati ad annegare nel corso del diluvio. Come dire: se esistono carnivori in natura, perché Adamo ed Eva non avrebbero potuto esserlo? E si ricominciava ogni volta da capo.

Gli esiti di questo dibattito insieme finissimo e patafisico sono parecchi. Per esempio, non si è trattato di uno scontro tra religione e ragione, credenze e rigore metodico, poiché in entrambi i casi la fiducia nel testo biblico non era per nulla scalfita. Il problema era l'interpretazione, non il punto d'avvio. Tant'è che la questione non riguardava soltanto il cibo ma quanto meno altre due grandi sfere dell'esperienza umana e sociale quali la lingua e la sessualità. Quale idioma parlavano Adamo ed Eva? e come facevano sesso? Maurice Olender ha ricostruito le variegate repliche alla prima domanda in quel libro straordinario che è *Les langues du Paradis* (1989), mentre Michel Foucault ha ricostruito come si ribatteva alla seconda nei frammenti postumi delle *Confessioni della carne* (leggibili nell'edizione del 2018). Ancora una volta, i racconti della Bibbia dettavano legge.

Colpisce allora, ma sino a un certo punto, constatare che dibattiti del genere sono presenti tali e quali nella contemporaneità, e coi medesimi protagonisti. C'è chi, come il reverendo americano George Malkmus in un testo del 2006, parla di una

Hallelujah Diet direttamente tratta da Genesi 1:29. E in centinaia di siti, blog, social si legge di continuo, con maggiore spregiudicatezza d'allora, che Adamo ed Eva son stati i primi vegani, e che perciò occorre praticare pedissequamente le loro abitudini alimentari (tacendo tuttavia su quelle erotiche). Nel sito Health Institution, ricordano i due autori del libro, si ripete ancora che Dio aveva ordinato alle sue prime creature come nutrirsi e che, anche soltanto per questo, dobbiamo prenderle a modello.

Come al solito, a cogliere l'appetitosa occasione è stato il marketing, che ha cominciato a proporre l'acquisto di integratori alimentari composti esclusivamente con erbe che crescevano nell'Eden (vai a sapere quali) che garantiscono a chi li utilizza salute, longevità, equilibrio e, già che ci siamo, un'appagante sessualità. Nel frattempo la dieta Hallelujah va a ruba grazie all'impegno commerciale del figlio di Malkmus e della moglie. Mica scemi come i nostri progenitori.

In copertina, Jan Brueghel the Elder and Peter Paul Rubens, The Garden of Eden with the Fall of Man - Wikimedia Commons.

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](#)

Gianfranco Marrone | [Umberto Eco e l'insalata](#)

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](#)

