

AL CIRCOLO DEI LETTORI Incontro per il Festival della Dignità Umana

«Con il cibo le società si mescolano»

Il cibo come ponte per andare verso l'altro. Terza tappa del ciclo di "Incontri con gli autori" proposti al Circolo dei Lettori di Novara nell'ambito del Festival della Dignità Umana. "Il cibo donato e il cibo condiviso": oggi, giovedì 19 ottobre, appuntamento alle 18 con Elisabetta Moro (docente di Antropologia culturale e Tradizioni alimentari all'Università Suor Orsola Benincasa di Napoli) e Marino Niola (professore di Antropologia dei simboli, Antropologia delle arti e della performance, Miti e riti della gastronomia contemporanea nello stesso ateneo) partendo dal loro libro "Andare per i luoghi della dieta mediterranea" (il Mulino). «Il cibo è sempre la prova generale dell'umanità - commenta il professor Niola -. Attraverso il cibo le società si mescolano, entrano in contatto e superano le differenze: il cibo unisce là dove le diverse ideologie dividono, diventando un fatto di scambio e di mescolamento. La storia della gastronomia e della cucina mediterranea ci spiega questo. Tanti elementi base della nostra cucina sono cibi stranieri, vengono da lontano, ma si sono integrati e mescolati. L'esempio classico è quello del pomodoro, arrivato dall'America: per secoli non è stato riconosciuto come cibo e si è integrato solo a fine Settecento. Così anche per patate, peperoni, melanzane e agrumi. La maggior parte dei nostri cibi sono stranieri ma a tavola è impossibile distinguere tra stranieri e autoctoni». Filo rosso dell'incontro sarà il loro libro, «un viaggio sentimentale, mio e della professoressa Moro: non una guida, ma un itinerario che segue la rotta della scoperta della dieta mediterranea. Un americano, Ancel Keys, insieme alla moglie Margaret Haney, ha scoperto i benefici apportati dalla dieta mediterranea: inventò il termine dieta mediterranea in seguito a un



TERZO APPUNTAMENTO Oggi con Elisabetta Moro e Marino Niola

brillante studio scientifico che lo aveva portato a evidenziare la quasi assenza di malattie cardio-vascolari nelle popolazioni mediterranee, messe a confronto con i pazienti americani, grazie a una dieta ipocalorica, povera di zuccheri e di grassi di origine animale. In America, a causa di una alimentazione basata su grassi saturi e carne, si moriva di infarto negli anni Cinquanta mentre l'Europa era affamata dalla guerra. La sua ricerca si intrecciò con gli studi di Gino Bergami, docente di Napoli, città in cui venne a contatto con nuove abitudini alimentari, un tipo di alimentazione che non conosceva. Il nome di dieta mediterranea fu adottato per la prima volta nel 1975. Il libro dei due coniugi americani è appena stato tradotto da Slow Food».

• e.gr.