

Titolo: MANGIARE MEDIEVALE

Autore: Rosella Omicciolo Valentini

Editore: Edizioni Penne e Papiri – collana Media Ætas, n° 12 - Latina 2005

Il libro è un manuale prezioso e piuttosto completo per chi voglia rievocare la cucina del Medioevo europeo, ma anche un lavoro scientifico eccellente per lo storico che ricerchi una documentazione di tipo accademico sull'argomento.

Esso ricapitola sia una dozzina di ricettari medievali che un gran numero di altre fonti, con particolare dettaglio a partire dal Basso Medioevo, anche perché le informazioni precedenti sono per lo più frammentarie.

Si struttura in due parti, la prima dedicata all'alimentazione e la seconda alla cucina vera e propria.

Nella prima parte l'alimentazione del Medioevo viene esaminata da numerosi punti di vista.

Quello storico, come evoluzione dalla cucina imperiale a seguito delle invasioni e delle evoluzioni sociali, politiche e commerciali seguenti.

Quello economico, con l'alternanza di carestie e abbondanza.

Quello etnico e geografico, dovuto in parte alle invasioni da nord e da sud ma anche alla presenza di Ebrei e Bizantini e ai viaggi di Marco Polo, senza trascurare la diversità delle coltivazioni dovuta alle differenti latitudini.

Quello religioso, con l'influsso cristiano - causa della diffusione dell'olio e soprattutto del vino - ma anche l'influenza islamica sul meridione italico e iberico.

Quello sociale, con la distinzione tra classi (nobiliare-guerriera, popolare, monastica e monastico-guerriera) e la progressiva introduzione dei banni, tra i quali quelli di caccia e sui forni e mulini influiranno pesantemente sull'alimentazione popolare.

Quello della scoperta di nuovi mercati e ingredienti.

Quello della distinzione tra i periodi liturgici, di grasso e di magro.

Quello dell'apparecchiamento del pasto sia popolare che nobile, del servizio in tavola e della buona creanza, fino alla struttura del banchetto.

Quello dell'origine e diffusione dei singoli ingredienti, a cui è dedicato un corposo e articolato capitolo, e delle bevande.

Da ultimo, si disamina la disponibilità di ricettari, tra i quali i più antichi sono quelli arabi.

La seconda parte si apre con una breve introduzione sulla ratio che informa la scelta delle ricette presentate. Esse sono principalmente del XIII e XIV secolo, per lo più islamiche le prime ed europee le seconde, con poche eccezioni per i secoli precedenti - per scarsità di fonti - e per il Quattrocento. Questa volta per scelta, in quanto la cucina dell'ultimo secolo digrada velocemente verso quella rinascimentale.

Vengono inoltre esaminate le problematiche relative alla ricostruzione delle pietanze: se da un lato non sono quasi mai indicate le dosi, dall'altro pesano l'assenza o la diversità ai nostri tempi di diversi ingredienti, particolarmente alcune spezie e condimenti introvabili o alcune carni troppo bianche e tenere, senza dimenticare la differente struttura delle cucine moderne, nelle quali ad esempio non è facile mettere sullo spiedo un capretto.

A seguire, più di 100 ricette di ogni tipo: minestre, pasta, carni, pesce, torte salate, uova, verdure, legumi, salse, intermezzi, dolci e bevande. Di ogni portata è presentato il testo originale (quando non è in arabo) seguito dalla traduzione e poi dagli ingredienti, e infine dalla procedura per realizzarla praticamente ai giorni nostri.

Nell'ultimo capitolo vengono presentati dei consigli e degli esempi di menu per allestire un banchetto nobile, un pasto in osteria, un pranzo popolano, una refezione monastica, un banchetto arabo, nonché il mangiare del fantastico Paese di Cuccagna e, da ultimo e forse per contrappasso, il pasto di magro.

Il libro è documentato in modo eccellente, forse anche troppo. In particolare in quanto è ricchissimo di note a fine capitolo, però una buona parte di esse sono note di contenuto anziché semplici riferimenti bibliografici. E il dover saltare alle note più e più volte per pagina può rendere pesante la lettura a chi non sia abituato ad uno studio di tipo accademico. D'altro canto, le note stesse arricchiscono il volume di un'elevatissima quantità di informazioni, aneddoti e curiosità, anch'essi rigorosamente documentati, che aiutano il lettore ad immergersi pienamente nell'atmosfera del periodo.

Senza mai rinunciare ad una rigorosa impostazione scientifica, è prevalente - soprattutto nella seconda parte - la filosofia dell'archeologia sperimentale che, proprio in quanto è qui riferita ai sapori e alle ambientazioni, diventa rievocazione.

Il modo migliore di apprezzare l'opera, dopo un'approfondita lettura, è certamente quello di provare a realizzare le ricette in esso contenute, scoprendo sapori sorprendenti e a volte celestiali. Come mirabilmente sintetizzato nelle conclusioni finali, in definitiva può essere davvero un libro che consente di mangiarsi il Medioevo.

Riccardo