

DOLCEVITA

Trecce di mozzarella di bufala, tielle, lutrini alla brace, scapece di *pupiddhri*, pezzetti al sugo, pasta di mandorla, patate arraganate, baccalà con la *ciauredda*, pasta alla norma. *Andare per i luoghi della dieta mediterranea* (Il Mulino, pp. 152, euro 12) di Marino Niola ed Elisabetta Moro, antropologi e direttori del MedEatResearch dell'università Suor Orsola Benincasa di Napoli, si può leggere innanzitutto così: come un gustoso menù che accoglie specialità note in tutto il mondo e piatti semiconosciuti.

C'è tutta la voluttà dell'elenco, come nella cena di Trimalcione messa in scena da Fellini nel suo *Satyricon*, che non a caso è citata nell'incipit, ma non solo. Il libro è un itinerario che tocca i punti vitali della nostra identità culinaria, mostrandoci con gusto per il dettaglio e amore per la storia perché l'Italia a tavola è un modello per il mondo intero.

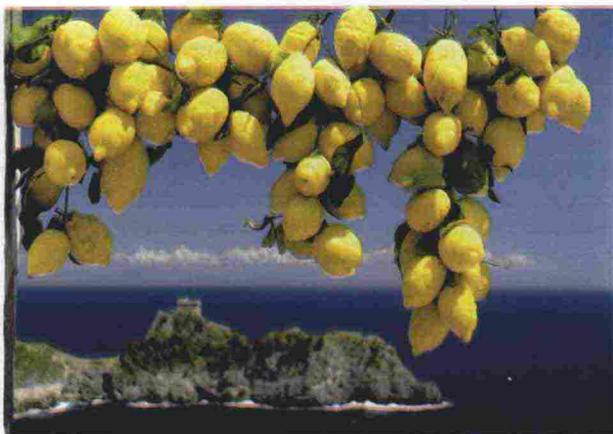
«Abbiamo voluto raccontare come nasce il concetto di dieta mediterranea, che oggi diamo per scontato ma che in realtà è stato teorizzato nel Dopoguerra. Lo dobbiamo a due figure straordinarie di scienziati, Ancel e Margaret Keys, che studiarono l'alimentazione del nostro Sud per capire come mai gli italiani, che mangiavano in maniera più povera degli americani, vivevano di più e non erano affetti da malattie cardiovascolari».

Ora quella dieta, termine «da riportare al suo significato originario di stile di vita,

MEDITERRANEA, L'UNICA DIETA CHE MERITA UN GRAND TOUR

di Lara Crinò

Marino Niola ed Elisabetta Moro hanno scritto un itinerario dell'Italia delle mille ricette. E degli imprevisi scambi culturali. Non sempre a Km 0



GETTY IMAGES



A SINISTRA, LA COPERTINA DI ANDARE PER I LUOGHI DELLA DIETA MEDITERRANEA (IL MULINO, PP. 152, EURO 12) DI MARINO NIOLA E ELISABETTA MORO. SOPRA, I LIMONI DELLA COSTIERA AMALFITANA

lontano da ogni medicalizzazione del cibo» è patrimonio dell'Unesco.

Mettersi in viaggio per riscoprirla, animati dal principio del piacere e della convivialità, significa percorrere i vicoli di Napoli, inerparsi tra gli strapiombi della Costiera Amalfitana e del Cilento, passando dalle acciughe di Cetara al limoncello di Sorrento, poi scendere verso la Lucania e il pane antico di Matera, verso il *finis terrae* del Salento, tra verdure saporite e orecchiette di grano arso, e arrivare infine alla Sicilia araba dei mercati di Catania e Palermo, ma anche rendere giustizia a Genova e Venezia, in cui il genio marinaro delle Repubbliche fece affluire le spezie d'Oriente e le piante delle Americhe.

«Rendiamo omaggio alla triade sacra del Mediterraneo, olio, grano e vino, ma mostriamo anche come la nostra gastronomia democratica, fatta di cibi umili che diventano ricchissimi, sia da sempre frutto di scambi e mediazioni, al di là della mitologia del chilometro zero» dicono Niola e Moro. Il risultato è un volume con cui immaginare un personale Grand Tour tra osterie, rovine archeologiche, antichi conventi. Il libro sarà presentato durante l'incontro *Una ricetta per vivere e mangiare assieme* in programma sabato 27 maggio in occasione della VIII edizione di *Pistoia Dialoghi sull'uomo*, il festival di antropologia del contemporaneo ideato e diretto da Giulia Cogoli che si svolgerà nella città toscana dal 26 al 28 maggio.

