



A sinistra, le copertine di *Filosofia del cibo* (Castelvecchi) di Franco Riva, *Ricette umorali (Fazi)* di Isabella Pedicini e *Pop Food* (Feltrinelli) di Davide Oldani.

## OGGI SI CUCINA SEGUENDO L'UMORE

Siamo ciò che mangiamo, diceva il filosofo tedesco Ludwig Feuerbach. Oggi più che mai. Piatti e ingredienti sono legati a emozioni, ricordi e stati d'animo, come racconta un nuovo libro gastro-filosofico, *Ricette umorali. Il bis* (Fazi) di Isabella Pedicini: una rassegna di specialità culinarie, italiane e non, che la scrittrice e storica dell'arte accompagna con suoi aneddoti, ricordi, impressioni e stati d'animo del momento. Il volume ricorda, per l'accostamento cibo-emozioni, le frasi di Marcel Proust ne *La ricerca del tempo perduto*, quando l'autore francese tornava indietro con la memoria mentre addentava una madeleine. E riassume una tendenza in corso, non solo sui libri.

**I CIBI EVOCANO RICORDI** «Ci sono alimenti che sono impressi in modo indelebile nella storia gustativa italiana, che portano con sé il sapore del nostro passato e delle nostre radici, come il musetto trentino o la cipolla di Tropea» spiega lo chef Davide Oldani, autore di *Pop Food* (Feltrinelli). «Il segreto, per me, è fondere tradizione e innovazione». Ma cosa scatta nella mente quando per esempio mangiamo un piatto di cicerchie? «Buona parte dei gusti culinari si forma a 2-3 anni. Dal momento in cui un genitore offre per la prima volta un biscotto a un bambino per consolarlo o zittirlo, o gli fa assaggiare i piatti della propria regione» spiega lo psicologo Roberto Pani. «Le emozioni e i ricordi legati a quelle esperienze giocano un ruolo fondamentale. In più la memoria olfattiva è la più duratura: basta l'odore del ragù per riportarci alle domeniche dalla nonna della nostra infanzia per esempio».

**A TAVOLA SI RITROVA LA CONCRETEZZA** «Mangiare in questo modo, legando i piatti e le ricette agli umori e alle emozioni, è anche un insegnamento filosofico» spiega Franco Riva professore di Etica sociale all'università Cattolica di Milano e autore del saggio *Filosofia del cibo* (Castelvecchi): «Viviamo in una società sempre più virtuale e schiava dell'immagine. Il cibo invece, quando è scelto in modo consapevole, con cura e attenzione verso l'ambiente, ci riporta con i piedi per terra. Si trasforma in gioia e benessere, ci avvicina alle persone e alla Terra».

VALERIA COLAVECCHIO scrivile a [attualita@mondadori.it](mailto:attualita@mondadori.it)