

FARE
MONDI

Matteo Bonazzi

***Ricettario Mitogastronomico
dell'Olivo***

Testo, concetto e disegno: Matteo Bonazzi
Realizzazione delle illustrazioni: Manuel Beltrán
Copertina: *Pallade Atenea assorta nella meditazione del Ricettario.*



© 2017 **Europa Edizioni s.r.l.** | Roma
www.europaedizioni.it - info@europaedizioni.it

ISBN 978-88-9384-288-4
I edizione luglio 2017

Distributore per le librerie **Messaggerie Libri S.p.A.**

Ricettario Mitogastronomico dell'Olivo

*Vi nutrite,
vi divertite,
vi istruite*

*Mammae meae Dariae,
quae antiquas in novos me didicit mutatas amare formas risus,
filioque meo Gabrieli Matthaeo, vitae meae gloriae aurora,
mihi novus Dei risus.*

A mia mamma Daria,
che mi ha insegnato ad amare le antiche bellezze
trasformate in nuovi sorrisi,
e a mio figlio Gabriel Matteo, aurora di gloria della mia vita,
nuovo sorriso di Dio per me.

«Che cosa è il Mediterraneo?
È dove cresce l'olivo»
(Braudel)

PRESENTAZIONE, CON L'ACQUOLINA IN BOCCA

L'inedita prospettiva presentata dal *Ricettario Mitogastronomico dell'Olivo* è evidente: insegnare divertendo, attraendo il lettore verso la ricchezza del mondo antico in maniera accattivante e stuzzichevole. Infatti, il Ricettario mette in scena alcuni aspetti particolarmente significativi del patrimonio materiale e spirituale della cultura mediterranea, quali la gastronomia e la mitologia dell'olivo, dimostrando come quest'albero abbia contribuito in maniera essenziale a configurare alcune peculiarità fondamentali della cultura mediterranea attraverso le tradizioni di quelle civiltà che l'hanno plasmata, fiorite dalla Mezzaluna Fertile fino all'Occidente Iberico attraverso cinquemila anni di storia.

S'intende per *cultura mediterranea* quel patrimonio di usi pratici e costumi (fra cui l'arte culinaria e gastronomica), così come di rappresentazioni simboliche e spirituali (fra cui spiccano credenze e tradizioni mitologiche) che viene ispirato, alimentato e condiviso dalle diverse civiltà che hanno contribuito a formarla.

Nelle tradizioni che il Ricettario esplora della civiltà egizia, minoica, fenicia, iberica, greca, romana, rinascimentale

e contemporanea, l'olivo viene presentato come un protagonista sostanziale che, attraverso questi orizzonti, ha contribuito a modellare diversi aspetti portanti della cultura mediterranea, fino a divenirne un rilevante simbolo e segno d'identità semantica, forse il più rimarchevole.

In questa prospettiva, l'olivo è qui proposto come identità mediterranea. In quest'ottica, il Ricettario propone al lettore l'esperienza di un viaggio fra reale e immaginario, suggerendo cioè un percorso ebdomadario attraverso varie tradizioni mitologiche mediterranee che vengono raffigurate come simpatiche ricette di cucina impersonate dall'olivo e dai suoi frutti, a volte insaporite con un pizzico d'immaginazione: si tratta quindi di veri e propri "piatti mitologici".

Come contraltare a questi, il Ricettario alterna un florilegio di vere e proprie ricette di cucina dal sapore storico, attinte dalla vastità dell'universo archeo-gastronomico delle civiltà mediterranee e ricostruite a partire dal patrimonio delle loro più antiche tradizioni culinarie; la loro gastronomia viene letta, presentata e plasmata attraverso quelle stesse mitologie che tali civiltà hanno ispirato e creato: è giustamente questa "lettura mitogastronomica" che permette di configurarne i piatti. Si potrà allora far colazione con i Faraoni, celebrare un pranzo minoico nei fastosi palazzi di Cnosso, fare uno spuntino fenicio-iberico, poi banchettare con gli Etruschi, quindi festeggiare un'agape nell'antico santuario elladico di Delfi, in seguito cenare con i Romani dell'antica Pompei, per terminare infine dilettandosi con i fasti rinascimentali di Botticelli o la melancolia impressionista di Van Gogh.

Si delinea così un'epitome, un compendio di quelle tradizioni simboliche e culinarie che al meglio armonizzano cultura e salute con equilibrio alimentare e spirituale, dove l'olivo è protagonista: vi incarna quel patrimonio materiale e immateriale che le civiltà mediterranee hanno condiviso

e configurato nell'orizzonte culturale che esse stesse hanno contribuito a foggiare, divenendone segno e identità. Infatti, nell'olivo si intrecciano sostanza e spirito del Mediterraneo che, arricchendosi mutuamente, rivelano così la bellezza e ricchezza profonda che questo albero ispira e ancora sostiene nella cultura e identità mediterranee: fra cielo e terra uomini e dei si sposano, sottilmente e quasi magicamente, nell'allegro convito propiziato dall'olivo.

Ricettario Mitogastronomico dell'Olivo

Piatti Mitologici

LUNEDÌ 17

Ricetta: Numi d'Egitto

Piatto spirituale: Olive alla Tutankhamon

MARTEDÌ 23

Ricetta: Labirinto Minoico

Piatto di cacciagione: Coda di Minotauro

MERCOLEDÌ 30

Ricetta: Etruria Ludica

Piatto musicale: Flauto Etrusco

GIOVEDÌ 34

Ricetta: Fenicio Iberico

Piatto greve: Clava di Melkart

VENERDÌ 42

Ricetta: Koinè Elladica

Piatto infantile: Pannolini di Zeus

SABATO 48

Ricetta: Strade di Roma

Piatto olfattivo: Misteri a Pompei

DOMENICA 54

Ricetta: Anonimo Rinascimentale

Piatto morale: Caos e Cosmos

OCCASIONI SPECIALI 60

Ricetta: Follie Contemporanee

Piatto pittorico: Grido Impressionista

Piatti Mitogastronomici

| | |
|---|----|
| <i>Menù del Nilo</i> | 20 |
| Offertorio di Anatide, sguazzante fra olive | 21 |
| Strapazzata del Faraone: corredo di uova dinastiche | 21 |
| <i>Banchetto Cretese</i> | 26 |
| Zuppone Labirinto: allegro guazzabuglio di lenticchie | 28 |
| Polpo Minosse, perplesso in olio e aceto | 28 |
| <i>Delicatezze Etrusche</i> | 31 |
| Crostini Enigmatici: tostatelle all'oliva ridanciana | 32 |
| Frittura Ineffabile di sorrisetti misti | 33 |
| <i>Convito Erculeo</i> | 38 |
| Insalata Corrida, molto agitata | 40 |
| Banderilla delle Dodici Fatiche: infilzata variopinta | 41 |
| <i>Agape nell'Olimpo</i> | 44 |
| Grugniti d'Acropoli: porcello grufolante fra porri | 46 |
| Torta dell'Oracolo: impanata profetica di olive | 47 |
| <i>Opulenza Imperiale</i> | 51 |
| Lapilli del Vesuvio: olive pingui fritte | 51 |
| Lava di Ercolano: peperonata di colori | 52 |
| <i>Rinascita Armonica</i> | 57 |
| Orbita di cacao: torta "Eppur si muove!" | 58 |
| Risatine dal "Nuovo" Mondo, infine riscoperto | 58 |
| <i>Tavolozza Impressionista</i> | 62 |
| Pennellate verde oliva e Impressioni cremose | 64 |
| Tuberi Pletorici all'olio di oliva | 64 |

LUNEDÌ

Ricetta: Numi d'Egitto

Piatto spirituale: Olive alla Tutankhamon

Prospettiva mitologica

Gli antichi Egizi erano ossessionati dall'aldilà: s'immaginavano, infatti, che il defunto avrebbe assistito alla pesatura del proprio cuore, il cui esito avrebbe determinato l'accesso dell'anima alla vita immortale. Consideravano con molta apprensione questa prova, che immaginavano essere strutturata in vari passaggi, come illustra il tribunale dei morti raffigurato nell'immagine sottostante.

Al principio, l'aspirante all'eternità si presenta vestito di bianco per manifestare la propria condizione di purezza, indispensabile per l'esame da affrontare; qui il dio con volto di sciacallo Anubis lo conduce per mano per riconfortarlo e guidarlo verso una bilancia, dove lo attende il momento più critico, cioè quando viene posto il suo cuore – che conserva la memoria del bene e del male compiuti nella propria esistenza terrena – su un piatto della bilancia, allo scopo di verificare se potrà eguagliare il peso di una piuma, posta sull'altro piatto. Quest'ultima simboleggia la giustizia cosmica Maat, che sembra dover rimanere in bilico sul piatto di destra durante l'intero esame: non potrà dunque ammettere alcuna esitazione da parte del cuore, che dovrà mantenersi saldo affermando che il bene compiuto in vita non ha superato il male.

La dea chimerica Ammit, composta da parti di animali diversi (come l'ippopotamo, il leone, il cocodrillo e lo

sciacallo), attende con impazienza, apprestandosi a saziarsi del cuore che fallisca l'esame, mentre il dio con volto d'ibis Thot annota l'esito della prova, soddisfacente nel caso qui rappresentato.

Ora il dio solare Horus, con aspetto di falco e il caratteristico simbolo cruciforme dell'eternità *ankh* in mano, può condurre il defunto davanti al trono del sommo Osiris, massima divinità dell'oltretomba, il quale lo accoglie con il suo caratteristico volto verdastro che rappresenta sia la morte sia la rigenerazione per consegnargli l'agognata immortalità.

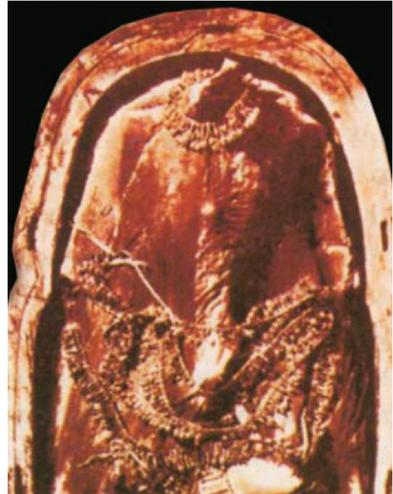
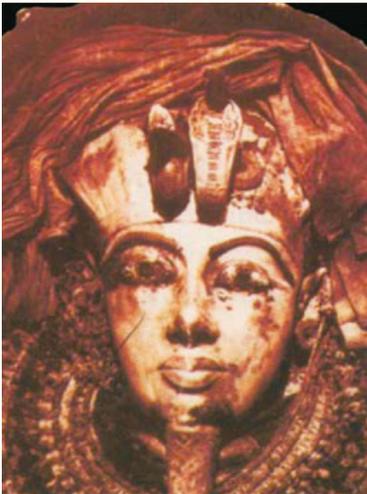
Con il fine di assicurarsi l'esito positivo di tale prova, il faraone Tutankhamon fece agghindare la propria mummia con la cosiddetta *ghirlanda della discolpa*, composta di foglie e fiori, fra cui spiccano quelli di olivo, che gli avrebbe garantito la purezza necessaria per rinascere alla vita immortale; fece inoltre aggiungere al proprio corredo funerario una tazza colma di olive, forse per maggiore sicurezza. Nella tradizione della civiltà egizia l'olivo, quindi, grazie ai suoi fiori e foglie propizia la purezza indispensabile all'incontro dell'essere umano con la vita eterna, così come la rigenerazione dell'anima all'immortalità, introducendola alla dimensione celestiale dell'orizzonte divino.

Ingredienti: una ghirlanda di foglie e fiori di olivo, una mummia ben confezionata, e molto, molto tempo.

Preparazione: lasciare mummificare il tutto in un sarcofago ben chiuso durante tremilacentocinquanta anni.



Tribunale dei morti, Papiro, Museo Archeologico del Cairo



Mummia del faraone Tutankhamon, su cui spicca la *ghirlanda della discolpa*, intrecciata con abbondanti fiori e foglie d'olivo.

Museo Archeologico del Cairo

Menù del Nilo

Lettura mitogastronomica

Nella civiltà egizia i palmipedi erano considerati pennuti essenziali in vari ambiti, giacché la loro presenza spaziava dal contesto magico-religioso a quello culinario.

Antichi testi raccontano che un mago diletta il Faraone con un prodigio molto azzardato: sembra, infatti, che fosse in grado di tagliare la testa a un anatide per poi ricollocargliela nuovamente sul collo senza che l'esterrefatto piumato soffrisse alcun danno. Forse una volta si distrasse e, per affrancarsi col minimo disonore da tale figuraccia, diletto il goloso sovrano con questo delizioso piatto... palmipede!



Rappresentazione di offerta sacra, sormontata da un anatide.
Stele di Meru, XI dinastia di Tebe. Museo Archeologico del Cairo

Offertorio di Anatide, sguazzante fra olive

Ingredienti: un anatide di circa un chilo e mezzo, pulito e intero, un uovo, una cipolla pelata e affettata finemente, dodici olive verdi snocciolate e tagliate a pezzettini, trenta grammi di briciole di pane da bagnare nel latte, uno spicchio di aglio tagliato finemente, quattro cucchiaini di olio di oliva, un pizzico di noce moscata, sale, pepe.

Preparazione: si riduce il fegato dell'anatide a pezzettini piccoli, si mescola con l'uovo, le olive e la cipolla, le briciole di pane bagnate nel latte e l'aglio spezzettato. Si aggiungono un poco di noce moscata, sale, e pepe a piacere. Si riempie l'anatide con questo impasto, e lo si pone in una pentola, bagnandolo con abbondante olio di oliva, aggiungendo sale e pepe a piacere. Si mette il tutto in un forno precedentemente riscaldato a 180 gradi, dove si lascia durante un'ora e mezza circa, voltandolo ogni tanto. Una volta che la carne ha raggiunto un punto ideale di morbidezza, si aumenta la temperatura del forno fino alla sua doratura. Si sforna il tutto e si lascia riposare per un quarto d'ora, per poi tagliarlo a pezzetti da disporre su un vassoio da offerta per la presentazione, dove sarà stata versata anche un po' d'acqua; vi si aggiungerà infine tutto il sugo rimasto dall'infornata. Delizioso! Piatto davvero degno di un mago!

Strapazzata del Faraone: corredo di uova dinastiche

Ingredienti: seicentosettantacinque grammi di porri puliti e tagliati in fette sottili, sei uova, dodici olive nere snocciolate e tagliate a pezzetti, il succo di mezzo limone, un poco di olio di oliva, sale, pepe.

Preparazione: si riscalda a fuoco lento l'olio in una padella, dove poi si soffriggono i porri fino a dorarli. Si aggiunge quindi il succo di limone, un pizzico di sale, e pepe a piacere. Si copre il tutto con un coperchio e si lascia cuocere a fuoco lento per dieci minuti, fino a che i porri si siano ammorbiditi. Si sbattono le uova in un recipiente fondo, alle quali si aggiungono i porri e le olive, mescolandovi un altro pizzico di sale, e un po' di pepe. Quindi si versa il tutto in una padella, rimescolando a fuoco molto lento e, una volta che l'impasto ha acquisito una certa consistenza, si volta come fosse una frittata.

Questa strapazzata si può infine presentare tagliata in porzioni grandi o piccole, possibilmente sagomata nella raffinata forma di un qualche geroglifico in stile ieratico, per poi servirla come primo piatto di lettura alquanto criptica, sfida enigmatica per la più audace ermeneutica!



Famelico I, faraone veloce della Dinastia Vorace

MARTEDÌ

Ricetta: Labirinto Minoico

Piatto di cacciagione: Coda di Minotauro

Prospettiva mitologica

Il Minotauro aveva un corpo di uomo robusto coronato da una testa di toro selvaggio; viveva in un palazzo labirintico, e aveva la cattiva abitudine di nutrirsi di giovani ateniesi.

Il suo aspetto così bizzarro merita di aprire una parentesi chiarificatrice sulla sua origine: fu generato dalla stravagante unione di sua madre Pasifae con un bianco toro divino che Poseidone, divinità del mare con un pessimo carattere, inviò a Minosse, sovrano di Creta, affinché glielo sacrificasse. Forse con tale comando il dio mirava a consacrarsi la talassocrazia fomentata proprio dal re dell'isola, sovente rappresentata nell'iconografia minoica come un polpo che stende i propri tentacoli attraverso il vasto mare Egeo.

Appena il candido bovide approdò sulle rive cretesi, però, il re Minosse non si mostrò così lungimirante come soleva essere, poiché decise di tenere il toro per sé, ignorando il dettame divino e attraendosi così la pericolosa ira dell'implacabile nume: questi infatti, per castigarlo, ammalìo sua moglie Pasifae al punto da farla invaghiare perdutoamente dell'imponente animale. L'infatuata regina chiese perciò all'ingegnoso Dedalo, architetto di corte, di fabbricarle una voluttuosa mucca di legno al fine di coronare il suo sogno d'amore con il baldo bovide... e ne nacque il Minotauro!

Comprensibilmente, Minosse non si sentiva particolarmente orgoglioso né dell'aspetto né delle origini del figlia-

stro, per cui lo internò al centro del Labirinto che fece costruire al medesimo Dedalo nell'intricato palazzo di Cnosso, allo scopo di celarlo agli occhi di tutti. Qui il mostro s'intratteneva divorando ogni anno un tributo alimentare costituito da sette giovanetti e sette donzelle provenienti da Atene, città sottomessa a Creta.

Dissentendo sia sul menù, peraltro insostenibile, sia sulla provenienza delle offerte, in quanto si trattava in fin dei conti di suoi connazionali, l'eroe ateniese Teseo affrontò e sconfisse il Minotauro, dopo essersi addentrato nel tortuoso Labirinto. Uscirne sarebbe stata però un'impresa tutt'altro che agevole, e per conseguirlo Teseo utilizzò uno stratagemma suggeritogli proprio dalla sorellastra del Minotauro, Arianna, che si era appassionatamente innamorata di lui: riavvolgere attorno a un ramo d'olivo un filo di lana precedentemente srotolato al percorrere gli intricati passaggi del Labirinto. Così fece l'eroe, salvando dunque Atene dall'oneroso tributo, e la propria pellaccia da una fine da capogiro.

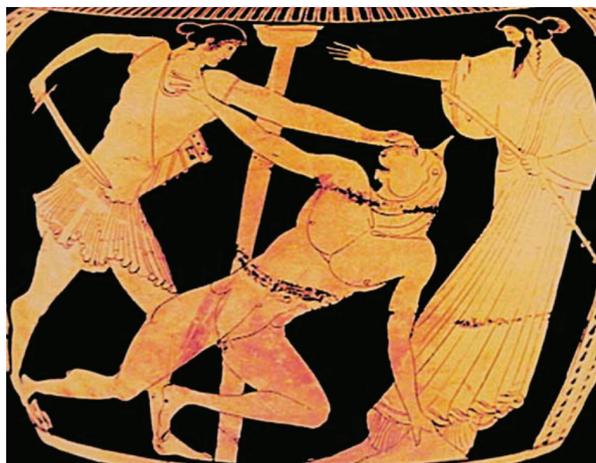
Similmente a quanto constatato nella tradizione della civiltà egizia, anche in quella ispirata dalla civiltà minoica l'olivo viene celebrato come forza mediatrice del ritorno dell'essere umano alla vita. Così come l'olivo ha il potere di rigenerarsi dalle proprie talee, un solo rametto di olivo può quindi riportare l'uomo da un destino di morte certa alla rinascita e alla salvezza: questa visione risulta particolarmente significativa in quanto riferita alla civiltà minoica, giacché durante la propria storia rifiorì più volte dalle devastazioni inflittele da vari cataclismi naturali, fra cui terremoti e maremoti.

Ingredienti: un rametto di olivo, una mostruosa creatura caudata (a scelta), corna abbondanti e una buona dose d'incoscienza.

Preparazione: far fare alla coda molti meandri e giravolte nell'olio di oliva, fino al punto di vertigine.



Moneta d'oro che rappresenta il Labirinto del Palazzo di Cnosso.
Museo Archeologico di Rethymon



Teseo sconfigge il Minotauro nel Labirinto del Palazzo di Cnosso.
Ceramica, Museo Archeologico di Ferrara



Teseo trascina il Minotauro sconfitto e agonizzante fuori dal Labirinto del Palazzo di Cnosso. Ceramica, British Museum, Londra

Banchetto Cretese

Letture mitogastronomica

Dal mito è facile desumere che il Minotauro era un robusto ghiottone, dai gusti tuttavia discutibili, giacché ingollava annualmente quattordici giovinetti. Per variare questa dieta, povera in fibre, sembra che la sua pietosa sorellastra Arianna solesse ammannirle una panacea che lei stessa gli preparava: ispirandosi nelle giravolte e meandri che doveva percorrere per raggiungerlo al centro del Labirinto, rimetteva pazientemente diversi ingredienti per ottenerne una zuppa ben amalgamata, con cui poteva così deliziare il famelico palato della mostruosa creatura. Da questo procedimento sembra essersi originata l'espressione "Che zuppa!" per definire una procedura lunga, estenuante e un poco assurda.



Offerta di olive nel palazzo minoico di Zakros, dove fu seppellita per placare le divinità durante un terremoto. Museo Archeologico di Iraklio



Processione rituale minoica con offerte di alimenti.
Sarcofago di Aghia Triada. Museo Archeologico di Iraklio

Zuppone Labirinto: allegro guazzabuglio di lenticchie

Ingredienti: una mezza tazza di olio di oliva, due tazze e mezza di lenticchie, due tazze di acqua, mezza cipolla tagliata fine, due spicchi d'aglio tagliati fini, una carota tagliata a fette, due foglie di alloro, tre cucchiaini di aceto aromatico o balsamico, sale, pepe.

Preparazione: si lavano le lenticchie e si riscalda l'olio a fuoco lento, a cui si aggiungono la cipolla tagliata finemente, gli spicchi d'aglio e le lenticchie. Si aggiungono poi la carota tagliata, le foglie d'alloro, l'acqua, l'aceto, il sale e il pepe. Si porta a ebollizione il tutto, mantenendolo a fuoco lento per circa un'ora, fino a quando le lenticchie siano diventate morbide e il brodo di cottura si sia condensato un poco. L'ottima Arianna, esausta per lo sforzo prodotto dal parossismo del groviglio di passaggi, meandri, corridoi e stanze che doveva percorrere, forse cedette a volte alla tentazione di assaporare la succulenta pozione per corroborare la propria determinazione di uscire viva dal Labirinto.

Polpo Minosse, perplesso in olio e aceto

Ingredienti: un chilogrammo di polpo, acqua, tre foglie di alloro, tre foglie di olivo, sei grani di pepe, mezza tazza di olio di oliva, due carote, mezzo limone, mezza tazza di aceto aromatico o balsamico, sette noci, radicchio, sale, pepe.

Preparazione: si lava bene il polpo, ponendolo poi con acqua abbondante in una pentola con le foglie di alloro e di olivo, unitamente ai grani di pepe, due carote e mezzo limone. Si porta il tutto a ebollizione, cucinandolo per quaranta minuti, considerando che per ogni mezzo chilo di pol-

po sono necessari venti minuti di cottura circa, fino a che il polpo diventi tenero, aggiungendo infine un cucchiaino di olio e uno di aceto. Quindi si scola il polpo e lo si taglia a pezzetti piccoli da porre in una casseruola, aggiungendo il radicchio tagliato a listelli sottili e le noci sminuzzate, il restante olio e aceto balsamico o aromatico, sale e pepe. Nel caso si preferisse ottenere un tocco maggiormente aromatico, si può far riposare l'aglio in olio di oliva. Si copre quindi la casseruola, lasciandovi macerare il polpo così preparato ancora per qualche minuto prima di servirlo: lo stesso Minotauro, fine intenditore, cambierebbe i suoi gusti antropofagi per assaggiarlo!



Posateria Minosse: per banchetti tentacolari

MERCOLEDÌ

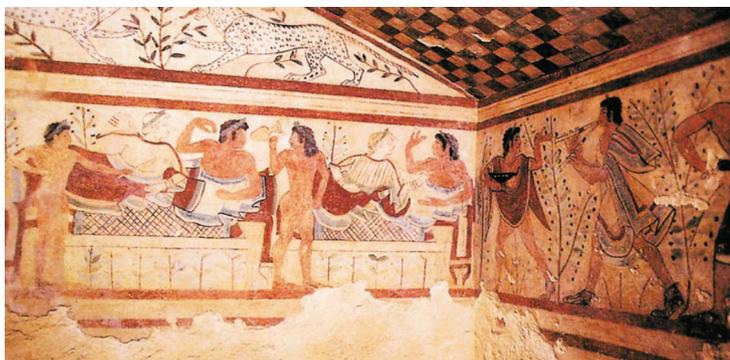
Ricetta: **Etruria Ludica**

Piatto musicale: **Flauto Etrusco**

Prospettiva mitologica

Gli Etruschi amavano dilettarsi fra mollezze e sollazzi, intrattenendosi beatamente con i raffinati piaceri del lieto vivere, durante la vita terrena ed oltre. Per questo si compiacevano nel farsi ritrarre in allegri banchetti e ameni conviti ultraterreni, mollemente adagiati nei loro giardini di olivi, pullulanti di uccelli che ne allietavano la convivialità con i loro cinguettii; si raffigurava anche come la gaiezza e letizia di questi convivi fossero vivacizzate con giochi, danze e canti accompagnati dalla dolce melodia dei flauti.

Anche nella tradizione della civiltà etrusca, dunque, l'olivo raffigura e media la rinascita della condizione umana alla vita vera, superando l'esistenza terrena e animandone la speranza.



Scena di banchetto con musica e danza fra olivi.

Tomba dei Leopardi. Affresco, Tarquinia

Ingredienti: alcuni olivi in fiore, una tomba spaziosa, un buon orecchio musicale e voglia di far festa *ad libitum*.

Preparazione: mescolare il tutto in giocoso baccanale, rimestandolo fino a saper intonare inni con lieve accento etrusco.



Flautista tra olivi. Tomba dei Leopardi. Dettaglio di affresco, Tarquinia

Delicatezze Etrusche

Lettura mitogastronomica

Varie generazioni di storici si sono scervellate per sviscerare il mistero che ispira l'aristocratica ricchezza della raffinata civiltà etrusca, che al meglio si esprime nell'enigmatico sorriso che i suoi gruppi statuari sembrano voler insinuare.

Un'interpretazione plausibile potrebbe suggerire che l'estrema e originale semplicità dei piatti confezionati dal

popolo etrusco possa essere una chiave possibile dell'indicifrabile e discreto fascino di tale peculiare ed ineffabile ammicco...



Offerta sacra di alimenti.

Rivestimento di terracotta policroma etrusca. Museo del Louvre

Crostini Enigmatici: tostarelle all'oliva ridanciana

Ingredienti: quattro fettone di ciabatta o di pane rustico, duecentocinquanta grammi di funghi prataioli freschi, cinquanta grammi di olive nere snocciolate, uno spicchio d'aglio fatto a pezzettini, due cucchiari di succo di limone, sei cucchiari di olio di oliva, sale, pepe.

Preparazione: si puliscono e spezzettano i funghi, per poi aspergerli con succo di limone. Si riscaldano quattro cucchiari di olio di oliva in una padella, dove si fa dorare lo spicchio d'aglio. Si fanno anche dorare le fettone di pane in forno a 180 gradi; si pestano le olive e l'aglio in un mortaio con il resto dell'olio di oliva, il sale e il pepe fino a ottener-

ne una consistenza cremosa con la quale si cospargono le fettone di pane, che verranno poi completate con i funghi: il tutto è ora pronto per essere servito, con un sorriso, e senza ulteriori enigmi!

Frittura Ineffabile di sorrisetti misti

Ingredienti: mezzo chilo di pollo, mezzo chilo di coniglio, due zucchini piccoli, due carciofi, due uova, un limone, farina, due cucchiaini di olio di oliva, un poco di sale, pepe.

Preparazione: si tagliano il pollo e il coniglio a pezzettini piccoli, così come si spezzettano gli zucchini con la buccia. Si puliscono i carciofi, dividendone la parte morbida in quattro parti, che si mettono poi in ammollo con acqua e succo di limone. Si sbattono le uova con sale e un pizzico di pepe. S'infarinano le verdure, per poi passarle per le uova sbattute, ripetendo la medesima operazione con le carni e... tutto in padella! Si cuocerà a fuoco lento e, appena assumerà un bell'aspetto dorato, sarà pronto per la presentazione in tavola... con un ammicco indefinibile!



La pazienza della forchetta: *Semper festina lente!*

GIOVEDÌ

Ricetta: Fenicio Iberico

Piatto greve: Clava di Melkart

Prospettiva mitologica

La divinità fenicia Melkart, poi assimilata all'eroe e semidio greco Herakles, e successivamente al romano Ercole, ostentava una forza straordinaria e sembra che nutrisse anche una passione speciale per l'antica Spagna iberica, i tori e l'olivo.

Viaggiando da Oriente a Occidente attraverso il bacino mediterraneo, Melkart colonizzava terre sconosciute lasciandovi tracce ineludibili come segno delle leggendarie imprese che vi compiva, poi conosciute come le "Dodici Fatiche di Ercole", che simbolizzavano il lavoro e l'opera del sole nel proprio ciclo annuale.

Laddove l'eroe appoggiava la propria inseparabile clava, foggiate in duro legno di olivo, sbocciavano prodigiosamente nuovi olivi, che così rappresentavano nientemeno che la fioritura della conoscenza e della civiltà in terre barbare: *ex oriente lux*, cioè "da oriente viene la luce", concetto che era espresso nelle lingue protosemitiche con il termine *zayt*, che altresì indicava l'olivo.

L'eroe soleva affrontare e vincere esseri straordinari e favolosi, come il cinghiale di Erimanto, gli uccelli del lago di Stinfalo e il candido toro di Creta, che generò il Minotauro e che l'eroe riuscì a sottomettere praticamente senza colpo ferire, grazie alla sua clava in legno di olivo.

Attraverso il suo incessante peregrinare, l'eroe giunse fino alla fine del mondo allora conosciuto dalle civil-

tà mediterranee: approdò infatti alle rive della Spagna occidentale, dove fendette le montagne che la univano all’Africa e che erano ritenute essere i limiti estremi del mondo, oltre le quali era vietato il passaggio a tutti i mortali. Qui separò le montagne in due parti e vi piantò due piedritti poi denominati “Colonne di Melkart o d’Ercole”, ove incise la dicitura *non plus ultra*, che significa “più in là non si va”: era questo un monito inequivocabile per indicare che il mondo là terminava e con esso anche la conoscenza, manifestando così che il mondo arriva fin là dove può essere conosciuto. Proprio per questo, nelle sue prossimità la tradizione attribuisce la consacrazione di un santuario dedicato all’eroe, divinizzato.

Oltrepassato di poco questo limite, l’eroe raggiunse una zona di paludi, dove fondò *Hispalis* (che divenne poi l’attuale città di Siviglia) nelle cui vicinanze sconfisse con la sua clava in legno d’olivo il mostruoso gigante Gerione, con tre teste e tre busti, che regnava su un territorio iberico esteso fino ai confini della mitica Tartesso e al quale l’eroe sottrasse degli splendidi bovini rossi per portarli in patria. Con questa impresa forse il mito intende figurare le origini dell’arte di combattere e addomesticare i tori selvaggi per mezzo di arnesi lignei, delineando così i rudimenti della tauromachia iberica.

Anche nella tradizione attribuita alla civiltà fenicia e a quella iberica, quindi, l’olivo viene letto come luce generatrice di vita, ricondotta alla solarità civilizzatrice che propaga la conoscenza, e che assimila e fa fiorire luoghi estremi e selvaggi, assoggettando e umanizzando la ferocia mostruosità dell’ignoto.



Herakles soggioga il toro divino di Creta.
Ceramica greca, Museo del Louvre



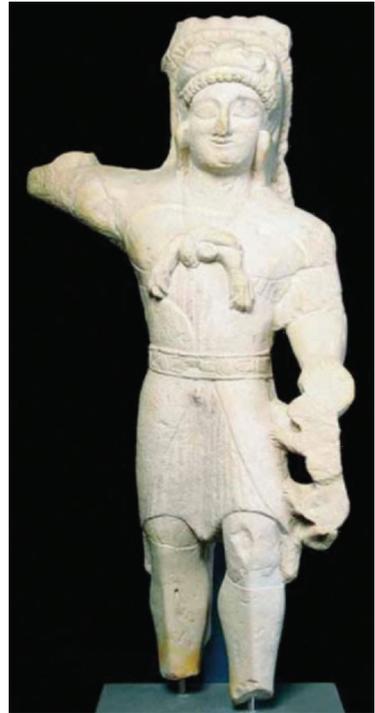
Herakles sottomette e vince il toro divino di Creta con la sua clava di olivo.
Francisco Zurbarán, tela. Museo del Prado

Ingredienti: una nodosa clava di legno di olivo, un toro bene in carne, qualche muggito selvaggio e una accesa passione per i viaggi.

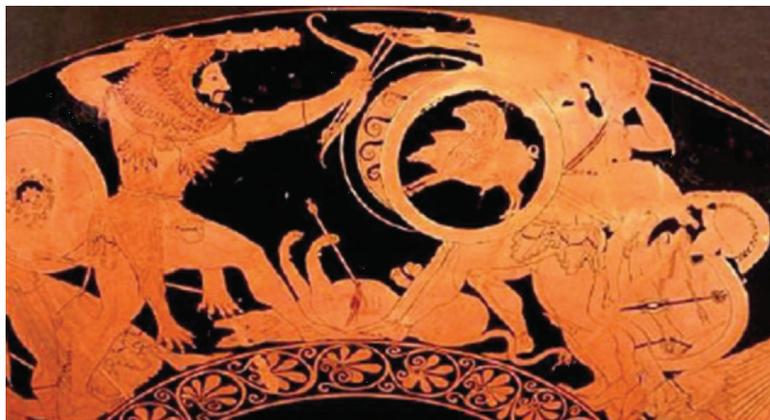
Preparazione: muggendo ripetutamente, stemperare il tutto con una clava in legno d'olivo fino ad avere l'impressione di aver percorso il mondo intero o, in alternativa, di essere arrivati a Siviglia.



Melkart, bronzo fenicio, VII secolo a.C. Museo Archeologico di Siviglia



L'eroe sincretico Melkart-Herakles. Arte cipriota, V sec. a.C. Museo Barracco, Roma



Herakles sconfigge Gerione con la sua clava in legno di olivo.
Ceramica greca, V secolo a.C. Staatliche Antikensammlungen, München

Convito Erculeo

Lettura mitogastronomica

Sicuramente risulterebbe azzardato arguire che il buon dio ed eroe solare Melkart, Herakles o Ercole, fosse un raffinato intellettuale. Infatti, fra una e l'altra delle sue famose Dodici Fatiche, pare che amasse riposare sotto un olivo in compagnia di vari otri traboccanti di vino. Forse proprio per queste sue inclinazioni etiliche, durante un incubo avuto all'estremo Occidente del mondo, nel giardino delle Esperidi dove era andato a rubare delle mele d'oro, sembra avesse iniziato a mulinare vorticosamente la propria clava, distruggendo tutto intorno a lui: lattuga, olive, cipolle e altre verdure che rimasero tutte sminuzzate dalla sua furia. Al suo risveglio, il nobile eroe constatò che aveva creato la prima insalata mista della tradizione fenicio-iberica, che assaporò con gusto.



Additando il proprio santuario,
l'eroe solare sembra ergersi a monito dei limiti della conoscenza.
“Amicum meum rubicundus” (2008), Mario César, bronzo, Sancti Petri



Ercole ebbro, bronzo. Museo Archeologico Nazionale di Parma



Ercole ruba le mele d'oro delle Esperidi. Mosaico romano, M.A.N.

Insalata Corrida, molto agitata

Ingredienti: una lattuga tagliata fine, uno spicchio d'aglio fatto a pezzettini, un uovo sodo, una cipolletta pelata e spezzettata, cento grammi di tonno sott'olio di oliva, mezzo chilo di olive verdi snocciolate, un cucchiaino di estragone tagliato fine, tre cucchiari di olio di oliva, due cucchiari di aceto e un pizzico di sale.

Preparazione: si mette la lattuga nell'insalatiera, dove si aggiungono le olive, la cipolla, l'aglio e l'estragone con un pizzico di sale. Si pesta il tuorlo dell'uovo sodo nel mortaio, aggiungendovi l'olio di oliva e l'aceto prima di versare l'impasto nell'insalatiera. Successivamente, si sminuzza l'albume d'uovo sodo e lo si sparge a pioggia sopra il tutto, così come il tonno spezzettato, condendo il tutto con un poco di sale e, rimestando vorticosamente, si ostenterà subito una possente muscolatura erculea!

Banderilla delle Dodici Fatiche: infilzata variopinta

Ingredienti: carne di toro o di bue tagliata fine, merluzzetti di circa centocinquanta grammi ciascuno fatto a pezzettini, qualche spiedino, due foglie di alloro, un cucchiaino di prezzemolo, una cipolla piccola, olio di oliva, vino bianco, sale, pepe.

Preparazione: si spolvera la carne con sale e pepe, lascian-dola poi riposare per mezz'ora; si mette a macerare il pesce durante lo stesso tempo in una mistura di sale, vino bianco e qualche grano di pepe. Si taglia la cipolla in spicchi che s'infilzano negli spiedini alternandoli con i pezzetti di carne e di pesce. Si mette il tutto in un piatto da infornare, sminuz-zandovi sopra le foglie di alloro, poi si inforna per cinque o sei minuti a temperatura molto alta. Si sforna il tutto, con-dendolo con sale, pepe, spolverandolo infine con prezzemolo e condendolo con un filo d'olio di oliva. Si lascia riposare per due minuti... ed eccolo pronto per il gran cimento!



Ercole torero, rosticciere Mare-e-Monti

VENERDÌ

Ricetta: **Koinè Elladica**

Piatto infantile: **Pannolini di Zeus**

Prospettiva mitologica

A Cronos, divinità elladica che rappresenta il tempo, non sovrabbondavano i figli, giacché si diletta a divorarli appena nati, esercitando cioè un'attività senza grandi prospettive di progenie: è questa una metafora che raffigura il tempo che annienta spietatamente tutto ciò che genera. Sua moglie Rea, ormai stancatasi di partorirgli pranzi, invece di affidare il suo ultimo figliolletto Zeus al brutale e famelico marito, gli consegnò ingegnosamente una pietra avvolta in fasce che simulava perfettamente la forma di un bebè, che il frettoloso e vorace nume ingollò credendola l'ultimo nato.

Eludendo quindi di scarsa misura un destino con così poco promettente futuro, Zeus crebbe in gran segreto in una caverna: divenuto giovinetto, detronizzò il padre ingordo e infanticida, colpevole ai suoi occhi di propensioni gastronomiche quantomeno discutibili; gli fece inoltre vomitare, assieme alla pietra salvifica, tutti i propri fratelli e sorelle che aveva precedentemente ingurgitato, i quali divennero così gli dei e le dee dell'Olimpo che, nella tradizione elladica, diventò la sede di tutte le divinità, presieduta dallo stesso Zeus, che per tutto questo fu poi considerato come loro padre.

Sembra che per favorire i conati necessari al rigurgito salvifico, Zeus ricordasse al padre degenerare che tra le fasce che avvolgevano la pietra dell'inganno erano rimasti i suoi pannolini.

Zeus si mostrò molto riconoscente nei confronti di quella pietra che lo scampò dal venire masticato: la consacrò con olio di oliva come centro del mondo proprio nel luogo dove venne rigurgitata da suo padre Cronos, a Delfi. Per questa ragione, si fondò precisamente qui il santuario più famoso della storia antica di Occidente, che venne dotato di un rinomato oracolo che proferiva vaticini così azzeccati che intimidivano perfino i più potenti personaggi del mondo antico.

Anche nella tradizione della civiltà elladica, dunque, l'olivo incarna e consacra con il succo dei suoi frutti la rinascita dell'essere umano alla vita vera grazie alla resurrezione dalla morte certa, dimensione che in questo mito viene assunta e proiettata all'ambito superno dell'orizzonte divino. Quindi rinascita e resurrezione – qui consacrate dall'unzione con olio di oliva – riverberano il proprio riflesso anche nel mondo dei mortali, divenendone fulcro di devozione e centralità, trasformandosi così nel vero e proprio “ombelico del mondo” dal quale l'essere umano può nascere di nuovo, sfuggendo in questo modo alla limitata prospettiva della fugace esistenza terrena.



Saturno divora un figlio suo. Francisco de Goya, Museo del Prado, Madrid



Rea consegna la pietra dell'inganno a Cronos.
Ceramica, Metropolitan Museum

Ingredienti: olio di oliva di alta qualità, una certa propensione alla antropofagia, un ciottolone enorme, un coefficiente intellettuale dubbio.

Preparazione: metter in ammollo il tutto in olio di oliva fino a percepire un vagito lamentoso.

Agape nell'Olimpo

Lettura mitogastronomica

Fra i popoli antichi, i Greci erano coloro che maggiormente brillavano per la propria devozione alla ricerca dell'armonioso incontro fra macro e microcosmo all'interno dell'uomo. Secondo la loro visione, infatti, la bellezza esteriore doveva calibrarsi in delicato equilibrio con la bontà interiore per esserne alimentata e vivificata, rifuggendo qualsiasi forma d'intemperanza. *Nulla in eccesso*, pontificava l'oracolo di Delfi, e questo precetto venne magnificamente coronato nell'arte statuaria e in quella gastronomica, nella quale il

maiale spiccava come una delle prelibatezze più succulente: che derivi forse proprio da qui l'espressione mediterranea odierna che esalta le grazie dell'opimo suide, palesatesi "perfino nel suo incedere"?



Sacrificio di suide, ceramica greca, VI secolo a.C. Museo del Louvre



Donna che gratta formaggio; terracotta beota, V secolo a.C.
Boston Museum of Fine Arts



Donna che prepara il pane. Museo Archeologico Nazionale, Atene

Grugniti d'Acropoli: porcello grufolante fra porri

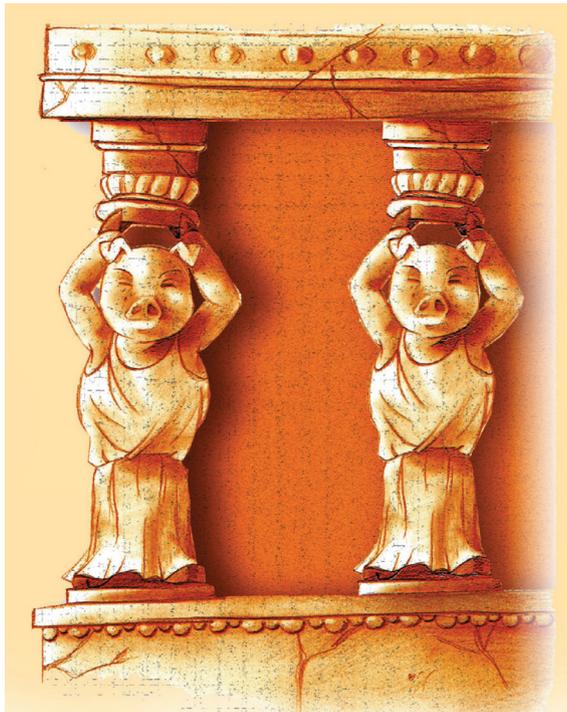
Ingredienti: mezzo chilo di carne di maiale (o cinghiale), idealmente di lombo, un chilo di porri, un bicchiere di vino rosso, due uova, due limoni, olio di oliva, sale, un poco di acqua, pepe, cinquanta grammi di pecorino, due cucchiari di miele.

Preparazione: si spezzetta la carne che poi si soffrigge in una casseruola con olio di oliva già caldo. Quando sarà dorata, la si inaffia con il vino e vi si aggiunge il sale, il succo dei limoni e un po' della loro scorza, e pepe a piacere. Si spezzettano i porri, che si aggiungono alla casseruola con la carne, permettendo loro di rilasciare il proprio sugo; si aggiungono le uova precedentemente sbattute e un poco di acqua, lasciando poi cuocere il tutto ancora un poco, affinché la carne si cuocia completamente, restando tuttavia morbida e su cui poi si gratterà infine il pecorino e si aggiungerà il miele. Si lascia poi raffreddare il tutto... senza affondare il grifo nel piatto!

Torta dell'Oracolo: insalata profetica di olive

Ingredienti: tre tazze e mezza di farina, una tazza di olive nere, due tazze di acqua tiepida, menta secca in polvere, una cipolla piccola, due cucchiari di lievito naturale, e un bicchiere di olio di oliva.

Preparazione: si snocciolano e sminuzzano le olive, a cui si aggiungono la menta e la cipolla precedentemente spezzettata. Si mette in un recipiente la farina, il lievito, l'olio, e si rimescola bene tutto; poi si versa sopra l'acqua tiepida, rimescolando dolcemente il tutto fino ad ottenerne un liquido abbastanza omogeneo, al quale si aggiunge il preparato di olive, menta e cipolla. Si mette il tutto su un piatto da portata adatto al forno, precedentemente spolverato con farina, e si mette nel forno già caldo, lasciandolo a temperatura media per mezz'ora... e il vaticinio sarà propizio!



Queruli Cariatidi: dolenti grugniti acropolitani

SABATO

Ricetta: Strade di Roma

Piatto olfattivo: Misteri a Pompei

Prospettiva mitologica

Gli antichi Romani, loro, adoravano l'organizzazione, e mettevano a lavorare perfino i putti in catene di montaggio industriale *ante litteram*. Eccone un esempio, raffigurato nell'illustrazione sottostante: da sinistra a destra si scorgono amorini che percuotono con martelli dei cunei posti in un apparato per estrarre da alcuni sacchetti pieni di olive verdi macinate il relativo olio di percolazione, denominato *omphacium*, che Plinio e Dioscoride affermano essere usato già dagli Egizi per confezionare pregiati profumi.

Questo olio viene poi riscaldato da un putto in un paiolo, per venire successivamente mescolato in un mortaio con aromi ed essenze odorose fino a ottenerne vari profumi. Questi sono quindi collocati in un armadietto e sopra un bancone, ordinatamente disposti alla vendita, allo scopo di venire infine saggiati da un'elegante matrona che ne odora e soppesa attentamente le fragranze sul dorso della mano.

“Tutte le strade portano a Roma”: infatti, un procedimento analogo deve aver ispirato i più rinomati artefici delle creazioni gastronomiche imperiali, i quali elaborarono una pozione particolarmente apprezzata, denominata *garum*. Era questa una salsa dal sapore intenso, preparata con i residui della lavorazione del pesce lasciati fermentare e mescolati con olio di oliva – e talvolta anche con aceto, vino, miele e

altri ingredienti – che ne correggessero la robusta sapidità temperandola con il tocco di un gusto addizionale.

Il risultato certamente differiva dalle raffinate essenze distillate dagli amorini, dal momento che il procedimento alla base della produzione del *garum* era la macerazione e putrefazione, aerobia e anaerobia, di pinne, viscere e branchie di pesce. Tuttavia, il successo di tale preparato fu enorme, visto che venne largamente usato sia come ingrediente nelle preparazioni gastronomiche sia a tavola, come condimento.

La sua diffusione commerciale fu grandiosa, generando enormi fortune prima ai produttori iberici e tingitani, poi e soprattutto ai grandi mercanti di Roma che ne gestivano il commercio: molti di loro amavano ostentarle edificandosi ville sontuose a Pompei, che divenne una delle città più raffinate e opulente dell'epoca, insaziabile nella ricerca di novità e stravaganze. Vi affluivano prodotti, usi e costumi da tutto il mondo allora conosciuto, come la seta proveniente dalla lontana Cina o gli enigmatici “culti dei misteri” introdotti dal vicino Oriente, che incoraggiavano l'affiliazione degli iniziati a logge segrete e a ricercati conciliaboli. I riti che vi si celebravano erano praticati da affiliati che venivano incoronati con ghirlande di rami d'olivo per propiziare l'iniziazione e la consacrazione.

Anche nella tradizione della civiltà romana antica, quindi, l'olivo personifica l'ordinazione, la legittimazione, l'unione e consacrazione dell'esistenza terrena a uno stato più alto e puro dello spirito.

Ingredienti: olio di olive verdi, fragranze, vari amorini, un naso sontuoso e spirito imprenditoriale.

Preparazione: ripetere varie volte tutto il procedimento fino a guadagnare qualche sesterzio.



Affresco rappresentante la produzione e vendita di profumi realizzate da putti profumieri. Casa Vetti, Pompei



Giovane donna iniziata ai culti misterici, incoronata con una ghirlanda di rami d'olivo. Villa dei Misteri, affresco (dettaglio) Pompei

Il *garum*, ingrediente e condimento della gastronomia romana.
Mosaico, Casa di Umbricio Scauro, Pompei



Opulenza Imperiale

Lettura mitogastronomica

Fra i popoli antichi, i Romani spiccavano per essere i più sibariti. I loro banchetti erano opulenti, e comprendevano antipasti, diversi piatti principali, secondari ed accessori, condimenti e dessert. Le olive erano utilizzate come complemento, sia come antipasto sia come dessert: da qui sembra derivare l'espressione "arrivare alle olive", per indicare che si è giunti tardi. Cucinando e servendo questo piatto, tutti arriveranno sicuramente alle olive, sebbene non siano necessariamente giunti tardi...



Calice con olive. Frammento di affresco, Pompei

Lapilli del Vesuvio: olive pingui fritte

Ingredienti: ventiquattro olive verdi molto grandi denocciolate, cento grammi di carne di maiale, possibilmente di lombo, cinquanta grammi di pancetta a pezzettini, un uovo

ed un tuorlo d'uovo, cinquanta grammi di briciole di pane, due cucchiari di formaggio parmigiano o di pecorino romano grattugiati, un pizzico di noce moscata grattugiata, un quarto di litro di vino bianco, farina e pangrattato per impanare, olio di oliva, sale, pepe.

Preparazione: si scaldano due cucchiari di olio di oliva in una padella, dove si fa dorare la pancetta. Successivamente si aggiunge la carne per dorarla a fuoco molto lento, a cui si aggiunge il vino bianco, un poco di sale e pepe a piacere; si copre il tutto con un coperchio e si lascia cuocere a fuoco medio per un'ora circa. Si ritirano dal fuoco carne e pancetta per spezzettarle molto finemente e si aggiungono le briciole di pane precedentemente bagnate in acqua, il tuorlo d'uovo, il formaggio parmigiano o il pecorino e la noce moscata, rimescolando molto bene il tutto. Con questo impasto si riempiono le olive per mezzo di una siringa da pasticciere con apertura molto fine. A parte, si sbatte l'uovo in un piatto con un pizzico di sale, avendo cura di mettere la farina e il pangrattato in altri due piatti: con tutto questo s'impanano le olive, prima nella farina, poi nell'uovo e infine nel pangrattato. Quindi, si riscalda l'olio per friggervi le olive finché saranno completamente dorate, per essere infine servite molto calde: occhio a non bruciarsi, già lo fece Pompei...

Lava di Ercolano: peperonata di colori

Ingredienti: quattrocento grammi di melanzane, una cipolla tagliata fine, un gambo di sedano a dadini, un quarto di zucchini tagliato a pezzetti, cento grammi di olive nere snocciolate, un cucchiaio di capperi, due cucchiari di aceto, olio di oliva, sale, pepe.

Preparazione: si lavano le melanzane e se ne toglie la parte superiore senza pelarle, prima di tagliarle a dadini e spolverarle con sale. Si dispongono su di un piatto con un poco di peso sopra allo scopo di lasciarle scolare per un'ora circa affinché perdano il loro succo amaro, poi si asciugano bene. Si scaldano quattro cucchiari di olio di oliva in una padella, dove si frigge la cipolla a fuoco lento; quando incomincia a dorarsi, si aggiungono il sedano e lo zucchini, lasciando cuocere il tutto a fuoco lento affinché si riduca un poco la parte liquida: solo allora si aggiungono le olive, i capperi, l'aceto, un pizzico di pepe a piacere, e si lascia soffriggere il tutto nuovamente a fuoco lento. In un'altra padella si mette dell'altro olio di oliva a scaldare, dove si soffriggono le melanzane affinché si ammorbidiscano. Si mescolano insieme questi due ultimi soffritti, aggiungendo un poco di sale, lasciando poi questo nuovo insieme ancora sul fuoco per pochi minuti, per infine toglierlo e lasciarlo riposare... affinché la lava si raffreddi!



Calma olimpica: per Giove, oggi cucina papà!

DOMENICA

Ricetta: Anonimo Rinascimentale

Piatto morale: Caos e Cosmos

Prospettiva mitologica

Uomini e donne del Rinascimento solevano struggersi per gli ideali classici dell'equilibrio esistente fra la bellezza interiore e quella esteriore, e per questo sembra che amassero l'olivo e le sue raffigurazioni.

Uno dei sommi esponenti di questa epoca fu il pittore Sandro Botticelli: nell'illustrazione si apprezza come ritrae magistralmente gli attributi di un olivo, rappresentandone i flessuosi rami avviluppati intorno al corpo della dea della sapienza e saggezza Pallade Atenea, la quale immobilizza e soggioga la lussuria e l'eccesso ritrattati nella furia belluina del Centauro, scarmigliato e scompigliato. Così l'ordine sottomette il disordine, l'armonia s'impone alla disarmonia, la saggezza doma l'ignoranza, la temperanza assoggetta la smoderatezza.

Ne quid nimis, cioè "niente in eccesso", era il dettame che la tradizione classica affermava essere scaturito direttamente dalla bocca del dio Apollo, divinità solare perfetta, e che era inciso nel suo santuario di Delfi: sintesi della saggezza vincitrice, era questo l'ideale che nel Rinascimento ispirava la riscoperta e il risveglio dei precetti idealizzati dell'armonia attribuiti al mondo classico.

L'olivo ne incarna qui l'espressione più profonda: infatti, secondo la tradizione classica, Pallade Atenea era la patrona della saggezza e della sapienza per diritto divino; Zeus aveva

ingoiato sua madre, la dea dell'intelligenza Metis, per paura di venire detronizzato da un esponente della sua figliolanza, secondo quanto gli era stato profetizzato. Ma la saggezza supera anche la divinità più alta, e dunque Pallade Atenea ne nasce perfettamente armata, sgorgando direttamente dalla testa di suo padre Zeus, incredulo dopo una grande emicrania. Per questa ragione la dea vince la contesa con il furioso dio Poseidone per scegliere il dono più utile all'umanità, alla quale la lungimirante divinità regala il primo olivo allo scopo di infonderle saggezza e sapienza, che ne divengono così l'attributo e il simbolo più bello, significativo e profondo: infatti, coltivare l'olivo che cresce e prospera anche in terra arida – così come coltivare la saggezza – richiede pazienza, lungimiranza, lavoro umile, tenace e costante, tutte virtù e qualità proprie delle persone sagge. Inoltre l'olivo illumina l'oscurità grazie al succo dei suoi frutti, cioè l'olio che alimenta lampade e lucerne in tutto il mondo antico mediterraneo: in questo modo l'olivo rappresenta anche metaforicamente, attraverso la dea che ne incarna le virtù, la luce di quella saggezza sapienziale che penetra e schiarisce le tenebre dell'ignoranza. Proprio questa permette al saggio che la coltiva, così come con sapiente umiltà, lungimiranza e pazienza si coltiva l'olivo, di affrontare con discernimento e metodo persino il disordine e la paura che ispira tutto ciò che è sconosciuto. Per questa ragione Pallade Atenea viene qui rappresentata armata, così come nacque, tuttavia avvolta da morbidi rami d'olivo che ne esaltano l'equilibrio manifesto nella propria serena compostezza: l'attitudine guerriera della divinità non deve essere travisata, poiché si manifesta essenzialmente nell'abilità della disputa dialettica esercitata con argomentazioni, così come nell'arte della diplomazia, guerra dolce che aborrisce la mera violenza e sfrenatezza incarnata nella natura del Centauro, al tempo umana e ferina.

Dunque si rappresenta qui l'eterna disputa fra anima e

carne, ragione e passione, temperanza e sfrenatezza, virtù e vizio, pace e guerra; il disordine, cioè il *Caos*, nella propria furia incontrollabile si contorce con una smorfia trattenuta di dolore: l'ordine, cioè il *Cosmos*, grazie al proprio olimpico e superiore equilibrio, così come dall'alto di quella pace interiore propria della vera ed intima armonia, avviluppata in un morbido abbraccio di rami d'olivo, lo ha domato. Anche in questo orizzonte culturale l'olivo incarna valori altissimi, come la luce dell'anima, della sapienza e della pace che vince la tenebra della paura, della violenza e della distruzione: la vita che vince la morte.

Ingredienti: lunghi e flessuosi rami di olivo, una donzella molto avvenente, eguali quantità di vizi e di virtù, e una impostazione eminentemente etica.

Preparazione: rimescolare vizi e virtù con abbondanti e profusi rami di olivo fino a nitrire dolorosamente.



Pallade Atenea doma il Centauro.
Sandro Botticelli, Galleria degli
Uffizi, Firenze

Rinascita Armonica

Lettura mitogastronomica

Il Rinascimento è il periodo che più coscientemente ricerca l'equilibrio, l'armonia e l'ordine caratteristici del mondo classico, qualità che riscopre, rivisita e idealizza. Costumi, movimenti artistici e stili s'intrecciano in un insieme innovativo e originale. Il patrimonio culinario mediterraneo, già diversificato grazie agli apporti degli Arabi, si arricchisce ulteriormente con gli ingredienti importati dalle Indie e dalle Americhe, appena riscoperte e conquistate. Tuttavia questa fu anche un'epoca insicura, pungolata da spiriti particolarmente innovatori ed eclettici, spesso considerati eretici e il più delle volte vessati e puniti.

Sembra che Galileo Galilei, che sicuramente fu uno di questi, al fine di trovare una qualche consolazione dopo aver ricevuto un ennesimo ed eclatante smacco riguardo le sue prodigiose scoperte ed azzardate teorie, un giorno dirigesse sconfortato il proprio telescopio, tanto deprecato dalla Santa Inquisizione, proprio verso il mercato: nella sua ricerca di ordine ed armonia intuì uno stuzzicante equilibrio fra diversi alimenti che lì si esponevano, creando così uno squisito mosaico di sapori.



Natura morta. Clara Peeters, Museo del Prado

Orbita di cacao: torta “Eppur si muove!”

Ingredienti: settantacinque grammi di cacao, cento grammi di olio, cento grammi di zucchero grezzo di canna, centocinquanta grammi di farina, tre uova, un cucchiaino di lievito naturale, un decilitro di latte intero e un pizzico di sale.

Preparazione: si sbattono i tuorli delle uova con lo zucchero, si aggiunge il cacao, la farina mescolata con il lievito, l'olio e il latte. Si sbattono gli albumi a neve con il sale e si aggiungono all'impasto. Si mette il tutto in una tortiera previamente unta con olio di oliva, e poi si spolvera con un poco di farina; si mette allora nel forno precedentemente riscaldato a 200 gradi, dove si lascia per tre quarti d'ora. Una volta che la torta risultante sia stata tolta e raffreddata... occorrerà afferrarla prima che entri in orbita!

Risatine dal “Nuovo” Mondo, infine riscoperto

Ingredienti: quattro scampi, quattro gamberi, trecento grammi di mitili, un quarto di calamaro, quattrocento grammi di riso, un quarto di litro di brodo di pesce, un pomodoro, uno spicchio d'aglio, un cucchiaino di peperoncino, un poco di zafferano, olio di oliva e sale.

Preparazione: si puliscono i mitili prima di cuocerli al vapore, si riscalda il brodo di pesce a cui si aggiunge lo zafferano. Si mette un poco di sale sugli scampi e sui gamberi prima di friggerli, mentre si soffrigge a parte per qualche minuto il calamaro con l'aglio e il pomodoro, a cui si aggiunge il peperoncino e il brodo di pesce precedentemente portato a ebollizione, poi il riso a cui si è data una prima cottura. Si mantiene la cottura di tutto questo a fuoco forte

per dieci minuti circa, fino a quando la parte liquida si sia parzialmente asciugata, poi si collocano sopra gli scampi e i gamberi fritti a parte, e si porta il tutto a fuoco lento per altri dieci minuti fino a mantenere solo un poco di parte umida, per infine aggiungervi sopra i mitili. Si sopporta la tentazione della gola per cinque minuti, fino a lasciare riposare il tutto... ed ecco sbocciare l'armonia!



Galileo vede, prevede, stravede: “Eppur si mangia!”

OCCASIONI SPECIALI (GALA, MATRIMONIE E DIVORZI)

Ricetta: Follie Contemporanee

Piatto pittorico: Grido Impressionista

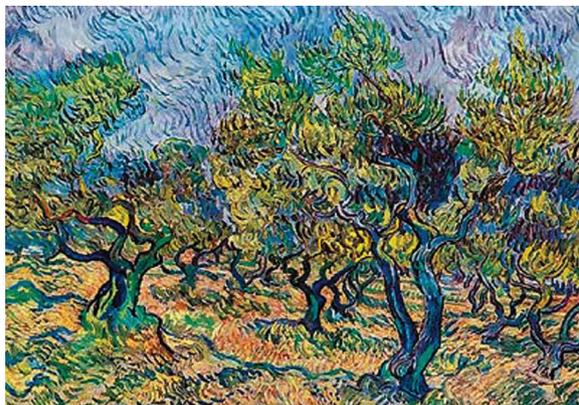
Prospettiva mitologica

Per i contemporanei l'olivo è fonte di fascino e contraddizione: "l'olivo si apre e chiude come un ventaglio", scriveva rapito Federico García Lorca, mentre per Aldous Huxley l'olivo era l'albero ideale per il pittore. Questa visione venne confermata anche da Vincent Van Gogh, che lo celebrava così: "il verde argentato che contrasta con l'azzurro. E la terra con sfumature di color arancione... è così bello che non riesco a immaginarlo, né oso dipingerlo". Comunque, se ne lasciò poi così ammaliare che riuscì a vincere la propria soggezione, giungendo a dipingerne decine proprio in questi toni e colori.

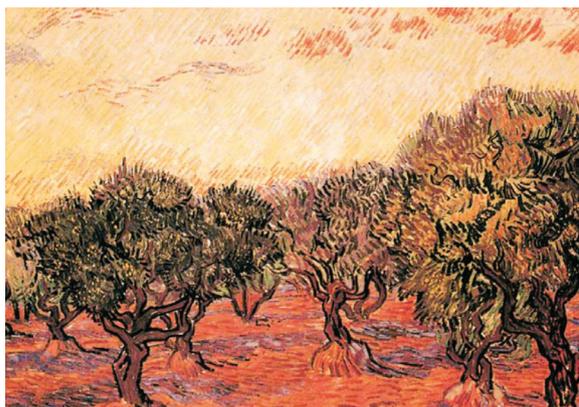
Per altri l'olivo è molto di più di un albero, un mezzo produttivo o un elemento del paesaggio dell'immaginario collettivo: s'identifica, infatti, con un tessuto di usi, costumi, funzioni, significati, valori, e simboli che hanno contribuito in maniera cruciale a plasmare la cultura e l'anima mediterranea, divenendone il segno più emblematico e suo sigillo di identità.

In effetti, l'olivo sembra davvero costituire l'anima stessa della cultura mediterranea, giacché incarna quell'orizzonte di realtà e simbologie che così profondamente ne sostanziano l'essenza: l'olivo impregna di una materia sensibile e immaginaria l'ampia varietà delle forme ed espressioni di vita proprie della cultura mediterranea nelle sue manifestazioni quotidiane, materiali e simboliche.

In definitiva, l'olivo continua a sedurre con la ricchezza del suo fascino, ispirando in coloro che vi si avvicinano con cuore umile e attento un cammino interiore attraverso l'intimo e dolce mistero dell'insondabile.



Olivi. Olio, Vincent Van Gogh, Museo Kröller-Müller, Otterlo



Paesaggio con olivi. Olio, Vincent Van Gogh, Konstmuseum, Göteborg

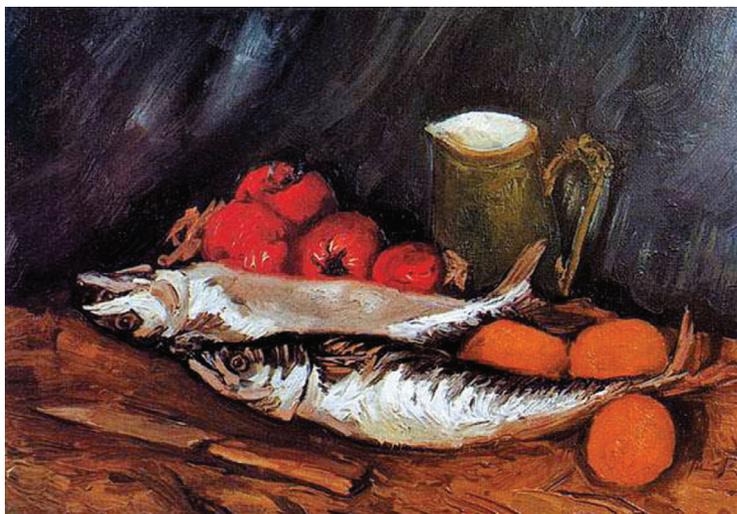
Ingredienti: un poco di poesia, un pizzico di follia e abbondante passione.

Preparazione: dipingere e poetare il tutto fino ad amarlo intensamente.

Tavolozza Impressionista

Lettura mitogastronomica

Nell'era contemporanea sembra proprio che l'umanità cerchi di mettere in discussione tutto, fino a disfare gran parte di ciò che ha faticosamente raggiunto e costruito nelle epoche anteriori. Questo risulta essere sorprendentemente vero soprattutto nel mondo dell'arte: la visione impressionista, per esempio, si sforza di frammentare la realtà visuale per poi ricostruirla attraverso impressioni fattesi pennellate, in tal maniera che solamente da una certa distanza si riesce ad apprezzare il disegno d'insieme. Anche l'arte culinaria viene suggestionata da questo gioco dell'immaginazione, sperimentando strade inusitate: gli ingredienti e i loro abbinamenti, accostamenti e composizioni si confondono in un delizioso guazzabuglio d'immagini visive, olfattive, tattili e gustative che si abbracciano e intrecciano in un sabba di azzardata armonia, necessitando quindi d'essere assaporati durante qualche attimo prima di esprimere il proprio completo sbocciare: solamente così si potrà attingere alla loro più raffinata magia!



Natura morta con sgombri, limoni e pomodori.
Olio, Vincent Van Gogh, collezione privata



Mangiatori di patate. Olio, Vincent Van Gogh, Museo Kröller-Müller

Pennellate verde oliva e Impressioni cremose

Ingredienti: duecentocinquanta grammi di olive nere denocciolate, centoventicinque grammi di capperi, cento grammi di acciughe sotto sale o sott'olio, uno spicchio di aglio pelato, qualche fettona di pane, quattro cucchiaini di olio di oliva.

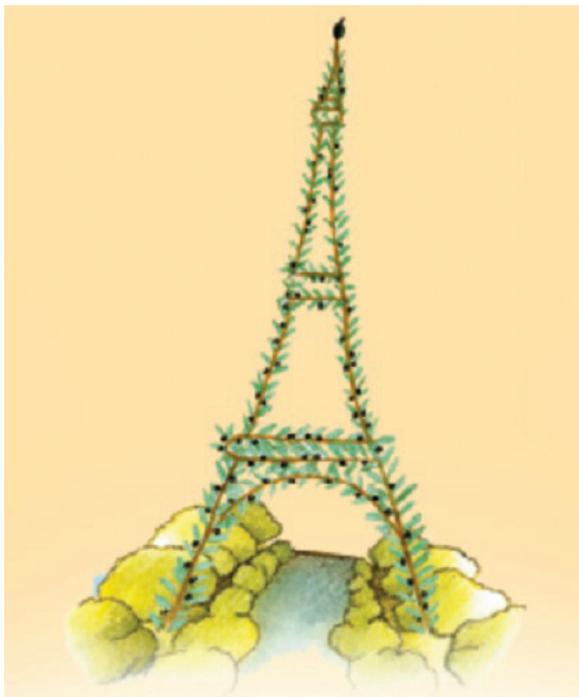
Preparazione: si dissalano le acciughe, che occorre lavare con acqua corrente se sono sotto sale, quindi ne si toglie la testa e la lisca centrale prima di sciacquarle e asciugarle. In seguito si pestano nel mortaio l'aglio, le acciughe, le olive e i capperi fino a ottenerne una crema, aggiungendo un poco di olio di oliva. Si pennellano le fettone di pane precedentemente tostato con questa emulsione, che può anche applicarsi direttamente con formelle e sagome da cucina alle fettone, per meglio impressionarle...

Tuberi Pletorici all'olio di oliva

Ingredienti: quattro patate di dimensione media, un fegatino di pollo, una cipolla grande tagliata fine, tre spicchi d'aglio tagliato fine, un cucchiaino di timo, dodici olive nere denocciolate e spezzettate, cento grammi di briciole di pane, un decilitro di latte, un uovo, sei cucchiaini di olio di oliva, pangrattato, sale e pepe.

Preparazione: si riscaldano quattro cucchiaini di olio di oliva in una padella, dove si soffrigge a fuoco lento il fegatino, che successivamente si toglie, si taglia a pezzettini piccoli che si mettono da parte. Nello stesso olio si soffrigge la cipolla e gli agli fino a che incomincino a dorarsi, quindi si aggiungono il timo e le olive, e si lascia soffriggere il tutto ancora per due minuti. Si aggiungono le briciole di pane bagnate nel latte, l'uo-

vo sbattuto e i pezzetti di fegatino precedentemente messi da parte; si aggiunge un poco di sale e pepe, mescolando il tutto e ritirando poi questo impasto dal fuoco. Si pelano le patate, dividendole a metà per la lunghezza, se ne svuota la parte centrale che si farcisce con l'impasto appena preparato, mettendo il tutto in un piatto da portata per forno. Si spolverano le patate con pangrattato, aggiungendo poi acqua sul fondo del piatto fino a raggiungere i tre quarti dell'altezza delle patate; si aggiungono quindi due cucchiaini di olio e si mette il tutto nel forno precedentemente portato a 180 gradi, dove lo si lascia per tre quarti d'ora, servendolo poi caldo e gioioso: questo capolavoro ostenterà un'avvenente aspetto, raggiungendo cacumi di un'arte davvero pletorica!



La OliVille Lumière

CONCLUSIONE, LECCANDOSI I BAFFI

La novità presentata nel *Ricettario Mitogastronomico dell'Olivo* è evidente: insegnare divertendo. Per questo ha messo in scena in maniera amena, leggera e istruttiva una selezione di mitologie e gastronomie in cui l'olivo è il protagonista sostanziale. Ha mostrato così come le tradizioni associate a quest'albero abbiano contribuito in maniera essenziale a configurare la cultura mediterranea attraverso quelle civiltà che l'hanno plasmata, dalla Mezzaluna Fertile fino all'Occidente Iberico, durante cinque millenni di storia.

La cultura mediterranea è qui proposta come quel patrimonio di usi pratici e costumi (fra cui spiccano l'arte culinaria e gastronomica), di rappresentazioni simboliche e spirituali (fra cui sveltano le credenze e tradizioni mitologiche) che viene ispirato, alimentato e condiviso dalle diverse civiltà che hanno contribuito a formarla.

Nelle tradizioni delle civiltà egizia, minoica, fenicia, iberica, greca, romana, rinascimentale e contemporanea presentate dal *Ricettario*, l'olivo gioca un ruolo essenziale, che proprio attraverso questi orizzonti ha contribuito a modellare vari aspetti portanti della cultura mediterranea fino a divenirne simbolo e segno d'identità semantica.

Il *Ricettario* ha proposto un viaggio fra reale e immaginario, fra spirito e materia: è un percorso ebdomadario tracciato attraverso varie tradizioni mitologiche mediterranee, raffigurate come simpatiche ricette di cucina impersonate dall'olivo e i suoi frutti, talvolta insaporite con un pizzico d'immaginazione e presentate così come autentici "piatti mitologici".

Come contraltare a questi, il Ricettario ha alternato un florilegio di vere e proprie ricette di cucina attinte dalla vastità dell'universo archeo-gastronomico delle civiltà mediterranee, ricostruite a partire dal patrimonio delle loro più antiche tradizioni culinarie; la loro gastronomia viene letta, presentata e plasmata attraverso quelle stesse mitologie che tali civiltà hanno ispirato e creato. È proprio questa "lettura mitogastronomica" che ha permesso di configurarne i piatti.

Dunque, il Ricettario ha mostrato come nell'olivo s'intreccino sostanza materiale e spirituale delle civiltà mediterranee che, arricchendosi mutuamente, rivelano la sontuosità e dovizia profonde che questo albero ispira e ancora sostiene nell'ampiezza della cultura e identità mediterranee.

L'olivo ne emerge così come anima stessa della cultura mediterranea, giacché incarna quell'orizzonte di realtà e simbologie che così profondamente ne sostanziano l'essenza. In questo modo l'olivo impregna di una materia sensibile e immaginaria l'ampia varietà delle forme ed espressioni di vita proprie della cultura mediterranea nelle sue manifestazioni quotidiane, reali e simboliche: fra il cielo e la terra uomini e dei del Mediterraneo si sposano in spirito e materia, sottilmente e quasi magicamente, nell'allegro banchetto propiziato dall'olivo.

BIBLIOGRAFIA

- Alcaina Pérez, A., Salinas Villar, N., 2005, *Mitología: todos los mitos y leyendas del mundo*, RBA.
- Apicius, *De re coquinaria*, 1980, Edizioni Millelire, Torino.
- Bonazzi, M., 1999, *Entre hombres y dioses en el Mediterráneo - Introducción a la cultura del olivo*. AEMO e Diputación de Jaén.
- Bonazzi, M., 1999, *Entre hombres y dioses en el Mediterráneo - Exposición para el Congreso Mundial del Congreso Oleícola Internacional*. AEMO e Diputación de Jaén.
- Bonazzi, M., 1999, *Sustainable development in the Mediterranean: Prospects for the Olive Oil Industry* (tre tomi), PhD. Dissertation, Centre for Environmental Strategy, University of Surrey, Guildford (Surrey, Regno Unito).
- Bonazzi, M. et al. (J. Díaz, E. Casas, M.D. Liébana), 2002, *Menú Histórico del Olivo*, Centre for Environmental Strategy, University of Surrey, Guildford (Surrey, Regno Unito); Ed. El Olivo; Universidad de Jaén; C.O.I.
- Consejo Oleícola Internacional (Ed.), 1996, *Enciclopedia Mundial del Olivo*, C.O.I., Madrid.
- Fogli, M.G., 2000, *Pastelería fina con aceite de oliva*, LibraryThing, Madrid.
- March, L., Ríos, A., 1996, *La cocina mediterránea con aceite de oliva*. C.O.I., Madrid.
- March, L., Ríos, A., 1998, *Aceite de oliva, vida y cultura*, Patrimonio Comunal Olivarero, Madrid.
- Mondadori (Ed.), 1973, *Il Manuale di Nonna Papera*, Milano.
- La Sacra Bibbia*, 1998, Edizioni Paoline, Roma.
- Schäfer-Schuchardt, H., 1988, *L'oliva - La grande storia di un piccolo frutto*, Arti Grafiche, Favia, Bari.

RINGRAZIAMENTI

British Museum, Londra; Museo Archeologico di Pompei; Museo Archeologico di Napoli; Konstmuseum, Göteborg; Galleria degli Uffizi, Firenze; Metropolitan Museum, New York; Museo Archeologico Nazionale, Atene; Museo Archeologico di Cagliari; Museo Archeologico del Cairo; Museo Archeologico di Ferrara; Museo Archeologico di Iraklion; Museo Archeologico di Rethymon; Museo Kröller-Müller, Otterlo; Museo del Louvre, Parigi; Museo del Prado, Madrid; Vincent van Gogh, collezione privata; Staatliche Antikensammlungen, München; Museo di Scultura Antica Giovanni Barracco, Roma; Boston Museum of Fine Arts; Museo Archeologico Nazionale di Parma; Museo Archeologico Nazionale (M.A.N.), Madrid; Museo Archeologico di Siviglia; Museo di Cadice.

Un ringraziamento speciale va a María Carmen Ruiz, per la realizzazione del disegno grafico preparatorio del prototipo dell'opera.

