

Elena Guerra • Alice Silvestri • Erica Tessaro

RICETTE *migranti*

“ 20 piatti, 20 storie di vita ”

Prefazione di **donpasta**


veronetta/129


CIERRE
edizioni

In collaborazione con



Crediti

I testi delle ricette sono di Elena Guerra, Alice Silvestri, Erica Tessaro.

I testi delle storie sono di Elena Guerra.

Le fotografie sono di Alice Silvestri, tranne: pp. 86-89, 91-93 (foto di Luke Mendis), p. 158 (foto di Tristan Paviot) e pp. 90, 156-157, 159-160.

Progetto grafico e impaginazione

Andrea Dilemmi

ISBN 978-88-5520-009-7

© 2019 Cierre edizioni

via Ciro Ferrari 5, 37066 Sommacampagna, Verona

tel. 045 8581572, fax 045 8589883

edizioni.cierrenet.it • edizioni@cierrenet.it

Indice

– DELLE RICETTE –

	Cucina meticcia		donpasta	7
	Introduzione		Elena Guerra, Alice Silvestri, Erica Tessaro	9
	ALBANIA Petulla		Frittelle	13
ROMANIA	Tocăniță de pui cu mămăligă		Spezzatino di pollo con polenta	19
	UCRAINA Shuba		Pesce in pelliccia	27
	TURCHIA Börek		Fagottini ripieni	35
	LIBANO Kibbeh		Polpette ripiene	41
	MAROCCO Tajin di manzo		Spezzatino con frutta caramellata	49
	ERITREA Zighini		Spezzatino di manzo con verdure	57
TOGO	Koliko Koudo azin bé nougbagba		Patate dolci fritte e uova in salsa di pomodoro piccante	65
	ANGOLA Bacalhau com natas		Baccalà con panna	71
	RUSSIA Blinciki		Pancake sottili	79
	SRI LANKA Parippu		Riso basmati e lenticchie al cocco	87
	CINA Kèlè jīchì		Ali di pollo alla cola	95
	THAILANDIA Pad Thai Kung		Spaghetti di riso con gamberi	103
	GIAPPONE Onighiri		Polpette di riso	109
AUSTRALIA	Nori-wrapped salmon with wasabi mash		Salmone in alga nori con purea al wasabi	117
CANADA	Split pea soup with ham		Zuppa di piselli con prosciutto	123
	STATI UNITI El Pescador		Sandwich al salmone	129
	MESSICO Enfrijoladas		Tortillas con fagioli neri e pollo	135
	PARAGUAY Chipa guazu		Torta salata di mais e formaggio	143
	COLOMBIA Arepa		Tigella di mais farcita	149
ITALIA	Pollo alla Jean-Claude		African chicken tomato stew	160

Indice

– DELLE STORIE –

ALBANIA	Besmir	Il ragazzo con la pagella	15
ROMANIA	Anica	Ridisegnare la propria vita	22
UCRAINA	Alina	Diventare grandi in un attimo	30
TURCHIA	Ipek	In continua ricerca	37
LIBANO	Ibrahim	Poesia in cucina	44
MAROCCO	Fatiha	Imparare crescendo	52
ERITREA	Senait	Rinascere dalle proprie ceneri	60
TOGO	Gisele	Scrivere, una finestra su di sé	68
ANGOLA	Celestina	Aggiungi un posto a tavola	74
RUSSIA	Inga	Io viaggio da sola	82
SRI LANKA	Dinusha	La mia vita da romanzo	90
CINA	Yi	Uno sguardo femminile oltre i secoli	98
THAILANDIA	Nisakorn	L'arte dell'equilibrio interiore	105
GIAPPONE	Makiko	Cibo, nutrimento dell'anima	113
AUSTRALIA	Claire	Intercultura nella vita, e a tavola	120
CANADA	Chris	Zuppe, che passione!	125
STATI UNITI	Colin	Scegliersi padre ogni giorno	132
MESSICO	Alejandro	Reinventarsi riciclando	138
PARAGUAY	Virginia	Raccontare e ritrovarsi	145
COLOMBIA	Sebastian	Un permesso che vale una vita	152
ITALIA	Chiara	Capire il mistero dell'universo	157
	veronetta	Indovina chi viene a cena?	162
	Cookpad	Cucinare è condividere	164

Cucina meticcias

– DONPASTA –

La cucina italiana è una cucina bastarda, contaminata, meticcias. La cucina italiana è tale perché araba, ebrea, africana, persiana. La cucina tradizionale italiana è antirazzista. I puristi del cibo come simbolo di identità il nemico lo hanno in casa ogni giorno, nel momento sacro del pasto, quando credono di perpetuare il gesto rituale del fare la cucina “di casa”.

Perché potranno dire le peggiori malvagità sui migranti, potranno arroccarsi sull'idea di tradizione immutabile, potranno magari guardare con disgusto i piatti etnici, ma non potranno e non riusciranno a dimostrare il contrario: gli ingredienti, le pratiche, le composizioni delle nostre ricette locali sono storicamente riconducibili agli incontri avvenuti per millenni con altri popoli e altre culture gastronomiche. La genialità della cucina italiana non sta cioè nel chiudersi a riccio per proteggere questo patrimonio, ma nel rubare il più possibile i segreti agli altri e innestarli nel nostro genoma culinario.

Cosa sarebbero le nostre ricette più simboliche senza questo flusso di inarrestabili scambi avvenuti nella storia d'Italia? Le sarde in saor, il risotto alla milanese, il baccalà di Rovereto, il cous cous di pesce, la scapece di zucchine, la parmigiana al cioccolato, i carciofi alla giudia, il babbà, il gateau, la pinsa sono pieni zeppi di ingredienti e tecniche spurie. Si potrebbe continuare per giorni a enumerare piatti che inficiano il pensiero purista.

Si badi bene, l'arrocco dei tradizionalisti è comprensibile perché l'avvento della modernità ha contribuito a far perdere per strada una serie di condizioni fondamentali che sottendevano la bontà di quelle ricette: nessuno ha più tempo e voglia di farle, presi come si è dai ritmi di una vita contemporanea che cozza con la dovuta lentezza che una ricetta familiare domanda per cucinare bene e con gusto; scompaiono i contadini, gli allevatori, sopraffatti dalla grande distribuzione e scompaiono dunque i sapori degli ingredienti così come li ricordiamo cucinati dalle nonne; si perde la traccia mnemonica del fare i piatti così come li faceva la nonna, nel momento in cui si osserva poco e si prova a riprodurre le ricette leggendo le indicazioni del cuoco televisivo. Le cause della perdita della memoria nella cultura italiana gastronomica, ma vale come allegoria, non sta nei migranti dunque, che tolgono purezza, ma negli effetti che modernità, capitalismo e cultura televisiva hanno portato all'interno di un patrimonio fragilissimo, che è quello della cucina familiare.

Questo libro mostra con delicatezza, ironia, compiutezza che in questi ultimi vent'anni, con l'aumento esponenziale dei movimenti migratori, si sta probabilmente ripetendo quel processo di contaminazione della cultura gastronomica (e non) che ha permesso di rendere eccezionale la nostra cucina. Perché se uno poi veramente va a indagare su come avvengano queste modifiche, su come un piatto codificato in un luogo e un tempo definiti muti nel tempo, trova che è semplicemente attraverso le piccole, intime storie tra persone che queste magie accadono. Amori che nascono, gesti di solidarietà quotidiana, curiosità sviluppate sul pianerottolo: cose così, di vita comune, sono alla base di intuizioni geniali.

Introduzione

Ogni essere vivente è in movimento, perciò la seconda parola del titolo di questo libro, “migranti”, può benissimo essere associata alle sue autrici che, per intervistare i protagonisti delle venti storie qui racchiuse, hanno viaggiato di casa in casa e di piatto in piatto, in un vero e proprio percorso alla scoperta di chi, a volte troppo sbrigativamente, chiamiamo “Altro”, ma con cui in realtà condividiamo quotidianamente uno spazio denominato Italia e insieme al quale costruiamo il mondo che ci circonda.

L'associazione culturale **veronetta129**, attiva a Verona dal 2013 e di cui le ideatrici di questo volume – metà ricettario e metà indagine giornalistica – fanno parte, da sempre si propone di rompere gli stereotipi creando occasioni di incontro. Grazie alle persone che hanno aperto le proprie porte a questo progetto editoriale, grazie al loro racconto schietto e spesso disarmante, è stato possibile costruire un quadro assai variegato per provenienza, età, composizione familiare, situazione lavorativa e prospettive per il futuro. Leggendo *Ricette migranti* non sarà dunque possibile creare delle casistiche che porgano il fianco a facili cristallizzazioni e luoghi comuni: ogni persona è un universo.

L'unica costante? L'aceto balsamico in tavola!

Elena Guerra, Alice Silvestri, Erica Tessaro

ALBANIA



Petulla

– FRITTELLE –

In passato le *petulla*, versatili frittelle dal gusto neutro adatte ad abbinamenti dolci o salati, venivano preparate per accompagnare l'annuncio di buone notizie, come la nascita di un bambino o di una bambina. Oggi si consumano in ogni occasione, dalla colazione all'aperitivo, ai pasti o come merenda, con formaggi o miele, che ben si sposano a questo impasto fritto dalla superficie croccante e dal cuore soffice.

Curiosità

Per circa cinque secoli il territorio albanese è stato occupato dall'Impero ottomano, che ne ha influenzato le tradizioni e il modo di cucinare. Tanti piatti che si usano mangiare oggi sono di origine turca, greca o degli altri Paesi affacciati sul Mediterraneo. Alcune parole albanesi sono molto simili a quelle dialettali del Nordest italiano, come *pirun*, forchetta, o *gota*, bicchiere. La lingua albanese forma un ramo indipendente delle lingue indoeuropee.

Bevanda d'accompagnamento

Le bevande d'accompagnamento più utilizzate durante i pasti quotidiani sono sicuramente l'acqua o il succo di frutta. Se non si ha fretta le *petulla* possono essere accompagnate da una buona tazza di *kafë turke*, il caffè alla turca, mentre in



Complessità: **facile**.



Tempo di preparazione e di cottura:
30 minuti.



Senza lattosio, con glutine.
Ricetta **vegetariana**.



- BESMIR -

Il ragazzo con la pagella



IL PICCOLO ha già mangiato e ora corre in giro per la casa sprigionando tutta l'energia che un bambino di due anni può avere. Besmir si appresta a preparare le frittelle tipiche albanesi, che tanto gli ricordano casa. La sua mamma glielne preparava sempre da piccolo e ha lasciato la sua ricetta giusto un mese fa durante la sua ultima visita. Besmir la segue passo passo, setacciando la farina e formando piccoli dischi di pastella che frigge con fare sicuro. Le mangeremo poi con miele e feta, l'ideale per una cena semplice e leggera, nonostante l'olio fritto sia l'elemento principale della ricetta, per ricordare che la cucina albanese dopotutto è fatta di pochi ingredienti, sani, a chilometro zero, tanto che anche a due passi dal centro città si possono avere grandi orti in comune per replicare la buona abitudine della famiglia di origine. Scutari, nel Nord dell'Albania, seconda città per grandezza dopo Tirana, era – e forse è ancora – una città d'altri tempi, dove la popolazione, per lo più di agricoltori e allevatori, si nutriva di alimenti calorici come carne, pesce e formaggio, per affrontare ore di duro lavoro nei campi.

Nato nel 1985, Besmir ricorda un'infanzia di restrizioni sotto il regime comunista, dove vedere al mattino al bar consumare una grappa con caffè turco prima di iniziare il lavoro era cosa comune. Le *petulla* erano preparate per ricche colazioni, merende dopo scuola, ma anche – come stasera – per cene veloci e gustose. Negli ultimi anni l'Albania sta cambiando: dopo la caduta del regime e la guerra civile del 1997 una marea di giovani e famiglie ha abbandonato