



Ho dei gusti  
semplicissimi,  
mi accontento  
sempre del meglio  
Oscar Wilde

## Cosa bolle in pentola?

Che gusto c'è a parlare di gusto?  
Potrebbe essere una domanda retorica invece  
è il progetto di una trilogia, un trittico di immagini,  
un tris di primi piatti, che intendiamo servire  
ai nostri numerosissimi lettori.  
Cominciamo col dire che c'è gusto e gusto: il sapore  
del mio cibo preferito è unico e inconfondibile,  
il sapore dell'amicizia è coinvolgente e indimenticabile,  
il buon gusto è viscerale e intuitivo.  
Mi siedo a tavola con i miei amici, con le persone  
a me più care e gusto l'ambiente accogliente,  
le risate rilassanti, la presentazione fantasiosa  
dei piatti preparati ad arte.  
E provo il gusto sensoriale e spirituale di pace  
interiore, di soddisfazione, di appagamento vitale.  
Che le ciambelle riescano sempre  
con il buco è un'utopia?  
Ci vogliamo provare, per il gusto della sfida.  
Una sfida creativa, una sfida continua, per provare  
a se stessi che c'è sempre un gusto nuovo da scoprire.  
"Ho dei gusti semplicissimi, mi accontento sempre  
del meglio!" diceva Oscar Wilde.  
Allora, avanti con la ricerca del sapore migliore,  
dell'incontro migliore, della forma migliore,  
della frase migliore per comunicare un'idea,  
una convinzione, un sogno.  
Comunicare può voler dire: assaporare insieme,  
trovare quello che ci accomuna, riuscire a cogliere  
il messaggio che volevo esprimere, trasformare  
il quotidiano in bellezza immortale, in arte.  
Il profumo della curiosità mi attira, la musicalità  
della fantasia mi avvolge, lo sguardo rivolto al futuro  
mi chiede una ricerca gustosa di novità e sorprese.  
Che cosa bolle in pentola?  
Lasciamo che si cuocia nel suo brodo e, al momento  
opportuno, potremo gustare una pietanza naturale,  
invitante, saporita al punto giusto. Insieme.  
Bisogna saper aspettare che il punto di cottura  
sia ottimale per condividere il risultato con gli altri  
commensali che siedono alla stessa mensa,  
affamati di semplicità, di genuinità,  
di gesti amichevoli, di 'Buon Gusto'.  
Ce n'è bisogno ogni giorno di più,  
da che mondo è mondo.  
Buon appetito intanto!

**Giuliano De Minicis**

Cosa mangiava un antico abitante della città romana di Suasa? Quale era il suo gusto? Per rispondere a questa domanda possiamo usare sia le fonti scritte sia i ritrovamenti archeologici. In ogni caso siamo ben informati sull'alimentazione degli antichi romani e sulle grandi differenze che dovevano esistere tra i vari "menu", dovute soprattutto alle categorie sociali e alle epoche di riferimento (come sempre, al cambiare dei tempi, il gusto trova una sua "evoluzione"). I pasti dei primi secoli della Repubblica (V e IV sec. a.C.) erano quelli di una civiltà contadina semplice e austera: il piatto principale doveva essere una polen-

ta di farro accompagnata da foglie di cavolo, spesso inzuppate nell'aceto (l'olio, che serviva anche per l'illuminazione, non poteva essere sprecato...); la carne era relegata alle principali festività religiose, quando poteva essere consumata, durante il sacrificio, insieme al resto della comunità. Anche i bovini, infatti, erano utilizzati soprattutto nei lavori dei campi e nella produzione di latte; la loro macellazione era addirittura proibita. Così come era proibito uccidere le galline, troppo importanti per le uova. Si preferiva mangiare solo i galletti, che non potevano convivere col gallo nel pollaio... Il pane era un semplice impasto di farina

## Alla ricerca del gusto



*"Se si pone attenzione, nell'assaggiare un buon formaggio, tutti i sensi sono stimolati e ci stupiamo dell'armonia di emozioni che ci appaga. Già premendo tra le dita, se ne "sente" la consistenza e istintivamente si annusa il pezzo che avremo avuto cura di rompere dal centro con le mani per farci investire dall'intensità del profumo. Poi in bocca, mentre gli aromi si sviluppano durante la masticazione, ci si lascia sorprendere dalla resistenza prima e poi dai frammenti che si fondono rapidamente nella saliva, senza dare la sensazione di riempimento." Questa è la filosofia che guida Paolo Cesaretti nel suo lavoro di brand manager del comparto caseario di Cooperlat Trevalli. La Cooperativa che realizza un quinto del proprio fatturato, pari a circa 45 milioni di euro commercializzando oltre 100 referenze casearie, ha da sempre posto una particolare attenzione alla qualità delle produzioni marchigiane. Il centro di ricerca e sviluppo del caseificio di Montemaggiore al Metauro, il più grande caseificio del Centritalia, ha coordinato un progetto, finanziato dal Ministero della Ricerca e durato circa tre anni, nell'intento di affinare la produzione di formaggi tipici. Si è analizzata la materia prima, il latte che è lavorato negli stabilimenti Cooperlat, alla ricerca di lieviti ed enzimi che si trovano naturalmente e che sono in grado di caratterizzare il prodotto finale. Lo studio, che ha potuto usufruire del contributo del Prof. Cardinali dell'Università di Perugia, del Prof. Cocconcilli dell'Università Cattolica di Piacenza e del Centro Italiano di Analisi Sensoriale, ha permesso di conoscere il profilo sensoriale dei principali formaggi prodotti, tra cui la Casciotta d'Urbino DOP e il Pecorino di Fossa Santa Caterina.*

**Paolo Cesaretti**

## Cibi e sapori del Mondo Romano

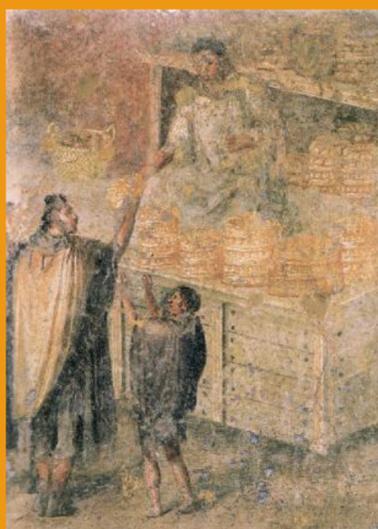
e acqua, senza lievito. Tra III e II secolo a.C. Roma diventa una grande potenza mediterranea: si apre agli usi orientali e l'economia diventa più solida. Iniziano i primi "lussi e i primi "eccessi. Dal 186 a.C. arrivarono a Roma i primi panettieri e si aprirono i primi *pistrina*, grandi forni che producevano numerose varietà di pane, ora però tutto lievitato. Adesso nei banchetti si mangia soprattutto carne: agnelli, capretti, maiali arrosto, ma anche selvaggina di pelo (cinghiali) e di piuma (fagiani). Dalla fine del II sec. a.C. arriva anche il pesce, fino ad allora quasi ignorato dai Romani. Il successo fu incredibile e fu un vero "boom" di vasche e piscine per allevare pesce, soprattutto nelle ricche ville lungo le coste: venivano allevati numerosissimi tipi di pesci (dentici, orate, ma anche sogliole, rombi e triglie), molluschi (ostriche) e ogni tipo di prodotti ittici, meglio se esotici. Nel corso del I sec. a.C. i Romani si sono imposti su tutto il bacino del Mediterraneo e da ogni parte giungono prodotti nuovi ed esotici: lumache, ghiri, struzzi, fagiani, volatili rari, etc. Il mercato di Roma era diventato uno dei più ricchi del mondo e qui affluivano, dai paesi più lontani, mercanti e merci di ogni genere: dalle ciliegie del Mar Nero alle spezie d'Oriente (pepe, cannella, chiodo di garofano etc.) fino alle pesche e albicocche dalla Persia. Particolare successo ebbe il *garum*, una salsa a base di pesce rancido la cui varietà più costosa poteva raggiungere anche i 1.000 sesterzi (un prezzo esorbitante se consideriamo che 1 sesterzio poteva corrispondere a ca.

2-3 euro attuali). Nel I sec. d.C. il banchetto romano aveva già superato per lusso tutti gli altri esempi del mondo antico. Il quadro più efficace è offerto da Petronio nel suo *Satyricon* con la famosissima "Cena di Trimalcione". Qui, prendendo in giro un ricchissimo liberto rozzo e ignorante che vuole imitare i banchetti imperiali, mette in scena piatti barocchi ed elaboratissimi: pasticci di uova di pavone, covate da una gallina di legno, contenenti beccafichi interi in salsa d'uovo oppure un cinghiale ripieno di tordi vivi e altro ancora. Nell'alimentazione romana di età imperiale esistevano ancora il capretto, il maialino, gli insaccati, le rape e i cavoli della tradizione contadina, ma mentre prima l'arrosto era insaporito solo con rosmarino, alloro e bacche di mirto, ora ogni alimento viene insaporito, coperto, bagnato, inzuppato in complicatissime salse, spesso a base di spezie orientali e di prodotti esotici. Come si può vedere, dunque, anche nella nostra valle del Cesano dovettero giungere, sovrapponendosi alla tradizione gastronomica contadina, prodotti e merci da ogni parte del Mediterraneo. E la prova di questi commerci è costituita dai resti archeologici che sempre più spesso affiorano dal terreno (soprattutto anfore, contenitori per derrate, bottiglie, etc.), dimostrandoci come anche il gusto si possa evolvere nel tempo e possa unificare, senza pregiudizi, le tradizioni "indigene" e gli apporti esterni.

**Beppe Lepore**



Nella foto di sinistra: Napoli, Museo Nazionale (da Pompei) mosaico con pesci

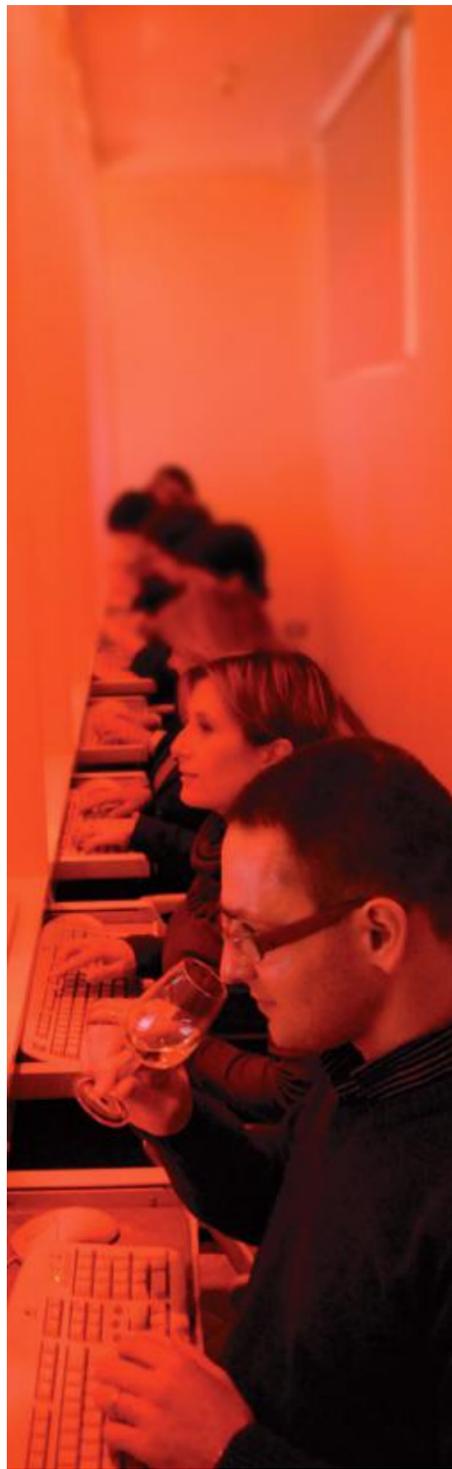


Nella foto di destra: Napoli, Museo Nazionale (da Pompei) pittura parietale con bottega di panettiere

## Centro Italiano Analisi Sensoriale



La percezione sensoriale svolge un ruolo fondamentale nella nostra vita. Nella quotidianità usiamo istintivamente i sensi nel compiere le nostre azioni, sia che acquistiamo un'automobile sia che ascoltiamo una canzone o mangiamo un determinato cibo. Alla base delle nostre scelte alimentari vi sono moltissimi fattori che le influenzano in modo vario ma profondo, in particolare si tratta di aspetti sensoriali, biologici e socio-culturali. L'impressione che abbiamo di un cibo, nel momento in cui lo assaggiamo, è determinata da un insieme di stimoli che coinvolgono i diversi sensi. Ci è più difficile pensare all'udito e al tatto quando mangiamo mentre siamo molto più coinvolti dagli altri sensi. Percepriamo il colore, la forma e l'aspetto dei cibi, ma siamo influenzati anche dall'odore e dal sapore che li caratterizzano. Olfatto e gusto sono i cosiddetti "sensi chimici" le cui percezioni sono legate direttamente alla composizione degli alimenti. Spesso si tende a sottovalutare l'olfatto, ma molte delle sensazioni che vengono dal cibo sono legate alla stimolazione olfattiva. Il naso può riconoscere centinaia di sostanze diverse e con maggiore



sensibilità, al contrario del gusto che deriva dalla combinazione di cinque pilastri fondamentali: dolce, salato, amaro, acido e umami (il quinto gusto). In questo contesto si inserisce l'analisi sensoriale, disciplina scientifica che consiste nella valutazione delle caratteristiche di un prodotto attraverso i sensi, che permette di individuare i punti di contatto tra le caratteristiche dei prodotti e le preferenze dei consumatori. Ad eseguire i test per la ricerca e lo sviluppo di nuovi prodotti è un gruppo di assaggiatori allenati, ma nella quotidianità è importante allenare ed educare i propri sensi per acquisire maggiore consapevolezza rispetto ai nostri consumi. I sensi, sono i primi strumenti di critica a nostra disposizione ma è la curiosità il mezzo più adatto per riacquistarne la coscienza e la padronanza. Man mano che si cresce, la percezione sensoriale dell'uomo evolve rapidamente verso dimensioni sempre più complesse, e poiché sono la conoscenza e l'esperienza ad influenzare fortemente il gusto, non è detto che non lo si possa educare!

**Lucia Bailetti**

Se da un punto di vista squisitamente materialistico "siamo quel che mangiamo", mangiare - cioè tutto il modo e mondo che stanno attorno ('di contorno?') al semplice nutrirsi - può dirci come siamo arrivati ad essere chi siamo. C'è molta Storia nota, ed ancor più poco nota, che si può incontrare e capire a tavola.

Quel filo che sostiene l'uovo, dell'omonima Madonna di Piero della Francesca a Brera, passa attraverso le Crociate, arriva fino al Re Sole e a Francesco I d'Asburgo, prima di giungere alle nostre tavole paesuoli. Un viaggio iniziato in Persia già nel 3000 avanti Cristo, dandosi appuntamento con i Celti e con gli Aztechi... La carriera ministeriale parte dalle basse cucine (e non si fa per dire) e dalle mense... Parimen-

## La storia in tavola

ti, quali percorsi storici legano Bill Clinton e quei vinelli veneti, il 'clinto' e il 'clintò'? Lo sa chi ricordasse la Contea d'Orange, quando New York si chiamava Nuova Amsterdam. E il nipote prediletto di Elisabetta La Grande, Lord Carlo Howard conte di Nottingham e primo barone di Effingham, il Grandammiraglio d'Inghilterra sbaragliatore dell'Invincibile Armada, sconfitto dalle chiocciole che aveva importato dall'Europa nei suoi possedimenti per allevarle come fonte di "un'alimentazione sana e abbondante"? Meglio lasciarle sul Continente, dove gli 'escargot' avrebbero costituito le razioni di battaglia dei soldati napoleonici impegnati nelle più dure campagne: un estratto concentrato dalle carni di mille bestiole bastava a sostenere ogni militare per una settimana di guerra. Che ai popoli dediti a sottomettere mezzo mondo piaccia mangiar le chiocciole, comunque, dobbiamo ricordarcelo ogni volta che usiamo il cucchiaino, che nacque appunto fra i romani antichi come cucchiaino per cavar fuori le carni dalle conchiglie spirali, il *cochlearium*: basta prestare orecchio (*interno*) alla Storia in tavola, per scoprirlo. Prego, prendano posto: ad apparecchiare ha provveduto la Wyatt, ha combinato e cotto il menù Sergio Angeletti.

**Sergio Angeletti**

Piero della Francesca  
Pala di Montefeltro 1472-1474



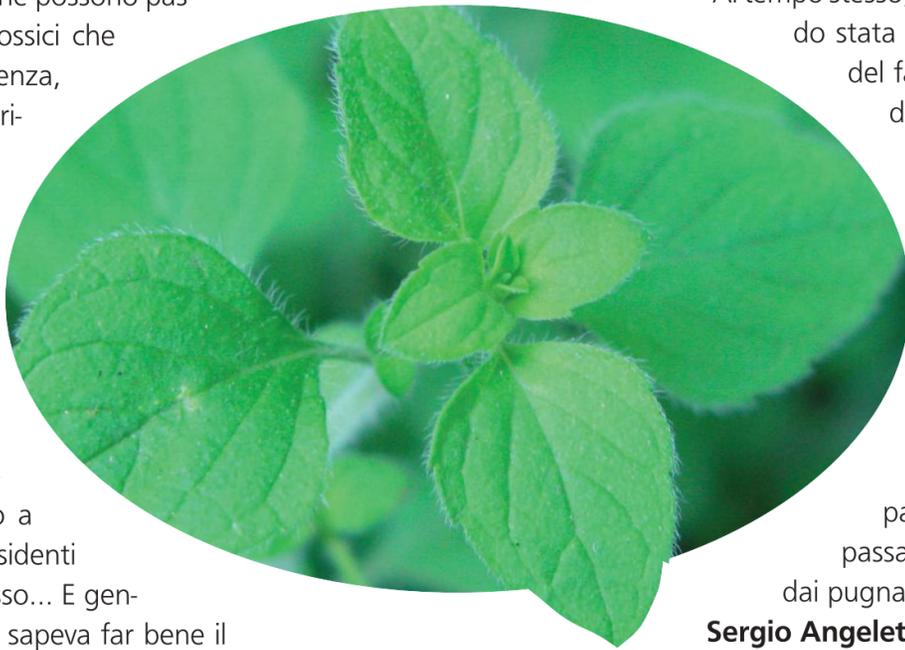
## L'Assaggiatore "Mangia la foglia"

Lo si è visto in decine di (vecchi) film: un misero tapino tremebondo, trascinato su dalle segrete, è costretto ad assaggiare i cibi imbanditi per il Signore (margravio, barone etc.); inghiotte e, dopo qualche istante, stramazza.

Il Potente è salvo, la realtà storica molto meno, perché quella degli Assaggiatori anti-avvelenatori era una professione ben precisa e di alta specializzazione, dati i Borgia e affini che giravano per le corti medieval-rinascimentali.

Gente che aveva già messo bene a punto un tipo di veleni che oggi definiremmo 'retard', ovvero "mangi oggi e sballi dopodomani" oppure fra una settimana. Come insegna la 'sindrome orellanica', dall'ingestione dei *Cortinarius*, all'*exitus* renale conseguente, ne possono passare anche 15 di giorni. Questi erano i tossici che

gli avvelenatori seri usavano, e la cui presenza, gli Assaggiatori veri, dovevano poter scoprire nonostante il mascheramento con ben scelte spezie. Ci sta in pieno il paragone con chi si studia di ingannare gli spettrometri anti-doping con sostanze che ne ricoprono di picchi innocenti, i tracciati. E prendendo un altro esempio dall'attuale mondo dello sport, gli Assaggiatori erano dunque tutt'altro che dei poveracci, bensì dei tecnici ricercatissimi, che i Potenti si 'rubavano' l'un l'altro a suon di 'ingaggi' favolosi, come oggi i Presidenti del calcio fanno con gli allenatori di successo... E gente allenata gli Assaggiatori erano: chi non sapeva far bene il



proprio lavoro, mantenendosi sempre aggiornato sulle sempre più raffinate tecniche attossicatorie, prima che il licenziamento dalla corte, rischiava il licenziamento della propria vita. L'aggiornamento era non meno biologico che culturale: occorreva mantenere valida la propria mitridatizzazione, ampliandola verso gli ultimi ritrovati degli avvelenatori, e corrispondentemente evolvere il proprio strumentario professionale di contravveleni. E qui si capisce perché "mangiare la foglia" è sinonimo di 'capire che c'è sotto un inganno': gli Assaggiatori si tenevano accanto, durante il lavoro, dei mazzetti di erbe antidotarie, e quando gli pareva che nei cibi che avevano assaggiato potesse esservi qualcosa di sospetto, innanzitutto mangiavano le erbe più opportune per neutralizzare al massimo il rischio che correavano personalmente. Così, già prima di qualunque altro responso formale, questo loro gesto di 'mangiare le foglie' antidoto era segnale sufficiente perché il Signore affidasse pro tempore la propria fame ad alimenti di origine ancor più controllata.

Al tempo stesso, chi aveva organizzato l'attentato, essendo stata 'mangiata la foglia', provava lo smacco del fallimento del proprio intrigo e l'urgenza di ordinarne un altro con altre armi, che andasse a bersaglio prima d'esser magari scoperti. Ma, non sarebbe stato più semplice corromperlo, l'Assaggiatore, affinché il veleno ce lo mettesse proprio lui? Qualche volta sarà pure accaduto, ma certo a (buon) prezzo della carriera. Eppoi, chi sapeva 'mangiare la foglia', certo capiva quanto difficile fosse continuare a campare partecipi di un tale segreto: c'era da passar il resto dei propri giorni guardandosi dai pugnali, più che dai veleni.

**Sergio Angeletti**

## A colazione col Ministro

*Istituendo nei congressi i 'lunch seminars', per conquistare altro tempo, sfruttando quello del pasto pomeridiano, per nutrire non solo il corpo, ma parimenti la cultura, s'è creduto di fare una bella pensata. In ritardo di almeno 1450 anni, infatti l'aveva già pensato, e istituito, San Benedetto da Norcia, al capitolo 42, paragrafo 7 della sua Regola. Vi si raccomanda di leggere, nel corso del pasto della sera, un brano delle Colationes di Giovanni Cassiano (detto il Marsigliese, 360-435 a.c.): dal verbo latino conferere ('conferire'), colationes significa appunto 'riunioni-conferenze', e dall'abitudine dei monaci di mangiare, dopo la lettura comune, un tozzo di pane intinto nel vino, è venuta l'immagine di 'colazione' quale 'pasto pomeridiano leggero'. Ma con pesanti letture in contemporanea.*

*Sempre dai poveri monaci, indotti con compassionevoli donazioni di denaro o viveri, a mangiare e bere in memoriam di cari defunti, arrivano le pietanze, i companatici frutto della pietas dei fedeli. Come vanno giù i bocconi inghiottiti per pietà? Forse meglio di quell'unico pasto quotidiano concesso agli schiavi in fretta a metà giornata di lavoro, quel tanto per fargli recuperare le energie per continuare a sgobbare fino a sera: e bisognava duramente meritarselo, infatti lo chiamiamo tuttora merenda.*

*Comunque per chi sia libero di permetterselo (una volta materialmente, oggi nella pluralità dei regimi alimentari, di impegni personali, di televiso-*

*ri familiari) i comuni pasti quotidiani sono di nome due: il pranzo e la cena, ovvero il prandium (prm + ed, come edibile = "prim-mang") e la koinè, la 'seduta a tavola', in comune = tutti assieme. Per capire che c'entrano i Ministri, a questo punto bisogna andare alla Mensa (cioè 'messa in tavola') Eucaristica, il cui Celebrante è 'Ministro del Signore', una posizione inizialmente di grande modestia, nata per definirsi pubblicamente 'servo dei servi di Dio'. Prima dell'avvento dei riti cristiani, infatti, i ministri erano ancora vistosamente imparentati con la minestra. Perché nella gerarchia latina dei domestici, il minus-ter era il servitore di più basso livello, quello che quando gli andava bene arrivava a*

*somministrare, cioè 'sub-ministrare' - 'porgere (umilmente) dal basso', portate non particolarmente trionfali: la 'minestra' appunto. Dalla 'bassa cucina' agli altari poi al Governo: ne han fatta di strada (con l'aiuto divino...)! E qui chiudiamo il cerchio: col vino torniamo ai 'working lunch' (da cui in verità gli alcolici sono virtualmente banditi...) dei Simposi, nati da greche 'bevute in compagnia': 'syn'-'pino'. Però c'è ancora una fetta di discorso in sospenso: quel così anglosassone 'lunch'? Glielo hanno insegnato gli Spagnoli: viene da lonja, fetta di prosciutto'.*

**Sergio Angeletti**