Storia e cultura alimentare

Abitudini e cultura alimentare nella storia della cucina.

Le abitudini alimentari di un popolo sono legate alle situazioni culturali, le condizioni sociali e in modo particolare alla disponibilità delle derrate alimentari. Le condizioni climatiche poi, e il relativo fabbisogno calorico hanno portato popoli diversi a sviluppare abitudini alimentari in cui prevalgono grassi e vitamine rispetto ad altre nelle quali sono i carboidrati e le vitamine a farla da padrona.

I sistemi di comunicazione e le relative mode da essi "promulgate" hanno rimescolato i gusti e le abitudini delle diverse aree geografiche del pianeta. Per la sua posizione geografica, l'Italia ha da sempre rappresentato un crocevia di razze e culture e tale complessità e diversificazione la si ritrova anche nella cucina delle diverse regioni.

Nelle epoche storiche che si sono succedute anche la cucina e la cultura alimentare hanno subito dei cambiamenti.

Presso i romani il banchetto era costituito dai cosiddetti antipasti e stuzzichini, il pranzo vero e proprio, normalmente costituito di sette portate, infine la *secundae mensae* in cui si consumavano stuzzichini piccanti al fine di stimolare la sete.

Nel Medio Evo la cucina della nobiltà era ricca di selvaggina arricchita dalle costose spezie che arrivavano dal lontano oriente.

Dopo la scoperta dell'America, dal nuovo continente arrivarono nuovi prodotti alimentari come ad esempio le patate e i pomodori, che contribuirono ad arricchire la varietà e la ricchezza dell'alimentazione durante il Rinascimento italiano.

Con il graduale miglioramento dei sistemi di coltivazione anche i ceti più poveri poterono assicurarsi un degno pasto. Dalla cultura contadina nascono tanti piatti "poveri" realizzati dall'arte di riutilizzare pane raffermo, mescolato a verdure, legumi,formaggio ed olio di oliva, ricette ancora oggi molto apprezzate e ricercate nell'ambito della cucina regionale della cultura mediterranea.

Alla fine dell'800 la cucina italiana di tipo classica risente molto dell'influenza dell'alta cucina francese, ma a livello locale la cultura enogastronomica viene custodita gelosamente, ciò ha consentito negli ultimi anni, di recuperarla e rivisitarla alla luce di un maggiore equilibrio sul piano nutrizionale.

Anche la *nouvelle cuisine*, che si afferma in Francia agli inizi degli anni 70, influenza "positivamente" la cucina italiana. Si riscopre la semplicità nelle preparazioni,una riduzione dell'uso di grassi animali, l'abbandono dei lunghi tempi di cottura e la ricerca di prodotti freschi e di qualità.

La rivisitazione delle vecchie ricette e la ricerca di nuovi possibili abbinamenti ha portato all'affermazione ultima della *cucina creativa* tuttora in voga. In essa si articola una ricerca continua di sapori nuovi, una particolare attenzione per la presentazione delle preparazioni e la ricerca di un equilibrio tra i diversi principi nutritivi.

Franco Tacconelli