

Nel libro "Mille e una spezia. Per la cucina e la salute" i segreti degli ingredienti chiave di una moltitudine di sapori

Quei profumi d'Oriente che raccontano storie

A TAVOLA

Cannella e noce moscata, sesamo, coriandolo e curcuma. Spezie di mare e di terra, afrodisiache come zenzero, peperoncino e cardamomo, o confortanti, come cannella, vaniglia e anice stellato. Ricche di colori, sapori e aromi. Sempre in attesa nei barattoli delle nostre cucine, profumano di cantastorie d'Oriente, silenziose compagne di tanti piatti e pensieri. Ma sono anche un pezzo importante di storia legata alle scoperte e alla costruzione di egemonie commerciali in mari e terre lontane. Ognuna ha la sua storia: sono radici, frutti, bacche ridotte in polvere o miscelate, protagoniste di una varietà di sapori. In "Mille e una spezia. Per la cucina e la salute" (L'Età dell'Acquario, pp. 148, euro 14,50), Giordana Pagliarani ne ricostruisce le vicende chiamando in causa le antiche vie carovaniere, le rotte di naviga-

zione, gli imperi coloniali e le Compagnie delle Indie, persino l'Inquisizione, sempre attenta al lato afrodisiaco-dionisiaco (territori del diavolo) che molte spezie sanno sollecitare. Nel corso della storia, sono state ricercate per i loro incanti, osannate per il potere della cura e della conoscenza e demonizzate allo stesso tempo.

I VIAGGI

Piacerà al lettore questo viaggio tra la storia e le nostre cucine, per usare al meglio le spezie, per conoscere gli abbinamenti giusti e magari sperimentare le 50 ricette proposte da questo manuale, perché "i condimenti ci raccontano la storia di un piatto e le sue contaminazioni, la creatività di chi lo ha preparato, il gusto di chi lo mangia, il carattere del paese che lo ospita". Si va dal pepe al kopan masala, dal 'Crocus sativus' (zafferano) all'ane-to, fino all'asafoetida, segretissimo ingrediente delle cucine reali, per-

fetto per i legumi.

E così, a dispetto del 'Malleus Maleficarum', più comunemente noto 'Il martello delle streghe', che condannava inesorabilmente l'uso di erbe e spezie, ecco la magia di ricette salate, vegetariane e vegane come samosa, zighini di verdure, funghi e cumino ma anche polpette di polenta con peperoncini verdi o ceci con melagrana. Ottima la Harissa tunisina e i pomodori ripieni al riso biryani, senza dimenticare il Momos con verdure.

Per l'insalata afrodisiaca, bastano 30 minuti. Occorrono un mango e una melagrana, tre mandarini cinesi, lime, zucchero di canna, cipolla rossa piccola, pepe nero, due mazzetti di menta, zenzero fresco e bacche di cardamomo. Solo conoscendo la storia della materia prima, si può farla sposare con altri sapori. Da quando il primo viandante o pellegrino venne accolto e rifocillato in un tempio, una locanda o una casa, le spezie sono le regine di questi incontri.

G.A.D.

