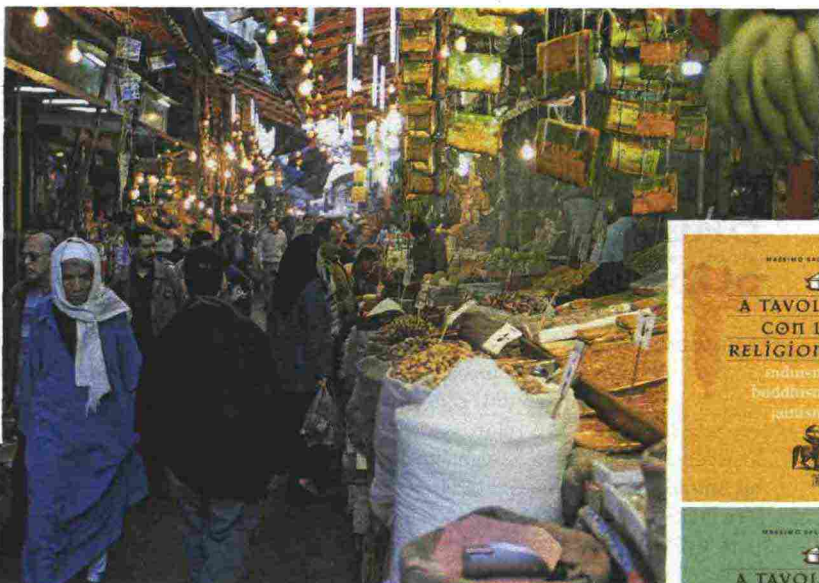
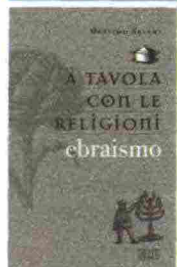


**dolcevita**

di **Massimiliano Panarari**

**P**recetti e norme valgono tanto nella condotta sociale che, in maniera «sostanziosa», all'ora di pranzo e di cena. E questo spiega perché tutti i credi e le confessioni si siano tanto occupati del cibo. Ce lo ricordano, nell'era di *MasterChef*, alcuni volumetti del teologo Massimo Salani, *A tavola con le religioni* (Edizioni Dehoniane Bologna, euro 5,50 l'uno), di cui sono in libreria quelli dedicati al Cristianesimo, all'Ebraismo, all'Islam e ad alcune religioni orientali (Induismo, Buddismo, Jainismo).

La millenaria «saggezza alimentare» delle religioni (che hanno tutte origini molto antiche) si è intrecciata con il bisogno di mantenere l'ordine nelle società, con la disponibilità di «materie prime» dei luoghi in cui sono nate e con i diversi climi. Talvolta, quindi, emergono indicazioni simili, ma spesso le scelte divergono. Se l'Ebraismo ha sviluppato la regolamentazione più strutturata e intransigente intorno a ciò che si può man-



S'INTITOLA **A TAVOLA CON LE RELIGIONI** UNA SERIE DI LIBRETTI A FIRMA DI UN TEOLOGO. PRECETTI PER OGNI CREDO. E RICETTE PER TUTTI I GUSTI

**LA SAGGEZZA ALIMENTARE? HA DIO DALLA PROPRIA PARTE**

giare oppure no (*kosher* è il nome che indica i cibi conformi alle prescrizioni e ai precetti, i *mitzwot*), il Cristianesimo ha invece optato per una sorta di libertà e *laissez-faire* gastronomico (e di sicuro, nota Salani, questo atteggiamento ne ha agevolato l'espansione universale). I cristiani, infatti, non stabilisco-

no una distinzione tra cibi puri e impuri, né tra gli animali «leciti» e quelli «proibiti», come fanno invece gli ebrei e i musulmani (che vietano il consumo della carne del maiale e dei pesci privi di scaglie). I divieti riguardano anche le bevande alcoliche, innanzitutto il vino (nuovamente nell'Islam e presso le religioni

orientali), mentre ebrei e musulmani contemplanò una serie di norme rituali ben precise per la macellazione degli animali, e nell'Induismo il tipo di restrizioni alimentari definisce anche l'appartenenza di casta. I buddisti predicano la moderazione in ogni ambito dell'esistenza, ma non arrivano a precludere la carne, e quindi il vegetarianesimo integrale rimane appannaggio del solo Jainismo.

Finita la parte «severa», si arriva alle ricette (illustrate in questi libretti per filo e per segno, e pronte per l'esecuzione): dalle ebraiche triglia alla mosai-ca, melanzana alla giudea e zucca al forno ai cristiani gnocchi alla fiorentina, crostini alla toscana e ravioli friulani, dalla zuppa di Ramadan e pollo alle mandorle dell'Islam fino alle polpette alle melanzane, *besan roti* e *fritelle* di mele dell'Oriente. Perché l'uomo è ciò che mangia, come dicono i materialisti alla Feuerbach, trovando decisamente d'accordo pure i credenti. ■

**IL PIATTO ETNICO**

di **Chef Kumalè**  
chef@kumalè.net

**Classico spagnolo:  
la tortilla  
de patatas y cebolla**

Un classico della *cocina de la barra* spagnola, da gustare, volendo, con l'aggiunta di tocchetti di chorizo. Sbucciate patate e cipolla e tagliatele a rondelle. Versate l'olio in una padella e quand'è caldo fatevi dorare le patate e le cipolle, a fiamma viva e col coperchio, aggiustando di sale. Sbattete le uova con un pizzico di sale e quando le patate sono cotte scolatele dall'olio e unitele alle uova. Mescolate il tutto e versatelo in una padella più piccola, con un po' d'olio di frittura delle patate. Scuotete delicatamente la padella per far compattare la tortilla e fate cuocere con il coperchio a fuoco medio basso 5 minuti. Capovolgete la tortilla e lasciate andare per altri 5 minuti, se preferite una cottura dorata, capovolgete la tortilla un'altra volta, fatela cuocere altri 3 minuti per lato e servite.

**LE DOSI**

3 patate grandi, 1 cipolla bianca, 5 uova, qualche rondella di chorizo (facoltativo), 1 bicchiere d'olio extravergine d'oliva, sale

