

ALIMENTAZIONE

a cura del Prof. Rocco Gianni

Impaginazione e grafica Prof. A.L. Chiaro

Dal *Simposio* di Platone all'*ultima cena* di Leonardo l'atto della nutrizione si configura come un elemento fondante dell'identità di una popolazione o di un gruppo. Il mantenimento delle tradizioni gastronomiche costituisce un aspetto centrale della stabilità culturale di un paese o di una regione. Tuttavia, il cibo è anche un marchio formidabile per penetrare nuovi mercati, creare nuovi legami, mescolare culture. Dunque lo scambio diviene contaminazione, questa si trasforma in fusione, parte ineluttabile del presente, ma il rispetto delle tradizioni alimentari è necessario per il mantenimento degli equilibri sociali e ambientali che su queste tradizioni si sono costruiti nei secoli.

Come riuscire a superare le contraddizioni?

Risposta semplice in teoria, complessa e difficile nella pratica: bisognerebbe imparare a far convivere culture diverse senza permettere sopraffazioni. Locale e globale devono coesistere nello stesso tempo e spazio. Il che vuol dire che non possiamo accettare soluzioni monopolizzanti che cancellino il *diverso*: una ricetta unica, a livello mondiale, è un incubo. Bisogna mantenere un equilibrio tra il "noi" e gli "altri", con una linea di demarcazione che passa per un confine mobile, in continuo movimento per che continuamente ci si adatta. Il cibo può essere usato per costruire ponti o per erigere muri. Sta a noi scegliere.

Acqua

Le tavole medievali avevano sempre delle brocche, degli acquamanili colmi di fresco liquido destinato alle abluzioni più che a dissetare. Di fatto si trattava di un'usanza comune soprattutto negli strati sociali medio-alti e che aveva, al di là della funzione pratica, una valenza simbolica: alla mensa, quindi al rito della nutrizione, fondamentale per la vita, ci si deve accostare lindi, puri e mondi.

Il Filarete scrive che, in occasione di una cena presso ricchi signori, gli ospiti venivano accolti da giovanetti con un candido asciugamano legato al braccio e con in una mano un bacile d'argento, mentre nell'altra tenevano un versatoio con acqua mista a piccoli fiori. Repentinamente, il padrone di casa "subito l'acqua comandò si desse" ed essa, aromatizzata sovente con essenza di rosa, veniva direttamente versate sulle mani dall'acquamanile per poi essere raccolta nella conca sottostante. L'asciugamano, posto attorno al collo di chi versava, aveva un capo sotto il bacile per assorbire eventuali schizzi, l'altro libero per consentire l'asciugatura delle mani.

Sempre in tavola, l'acqua non lo è quasi mai nel bicchiere come bevanda. Guardata con sospetto, di norma non veniva mai bevuta pura, ma corretta e disinfettata con vino, aceto, essenze di erbe come la salvia o la ruta, addolcita con il miele. Persino con questi correttivi, l'acqua è



sconsigliata a tavola: nel *regimen sanitatis salernitanum* (XXVI - *De potu aquae Potus aquae sumptus fit edenti valde nocivus, in frigidat stomachumque cibum nititur fore crudum*) si ricorda che berla fredda sarebbe altamente nocivo in quanto provocherebbe "frigidezza" allo stomaco con conseguente insorgenza di ogni sorta di nocimento fisico. A tutto ciò vi era una motivazione reale: l'effettiva potabilità dell'acqua. Ferma e stantia era quella attinta dalle cisterne, i pozzi erano spesso sporchi e fangosi e le condutture dei rari acquedotti non sempre erano a tenuta stagna, prestandosi così ad infiltrazioni che potevano pesantemente alterarne la salubrità. Si può perciò comprendere quanto prezioso fosse un rivolo limpido e quanto influisse tale presenza nella fondazione di borghi, villaggi, monasteri e castelli. L'assunzione di acqua, comunque, era prescritto in alcune evenienze. In ambito ebraico, per esempio, ciò era categorico durante il lutto, allorché si doveva bere solo

l'acqua attinta direttamente alla fonte o proveniente da case distanti da quella della famiglia del defunto. Nei monasteri bizantini, nel periodo di digiuno, il vino veniva sostituito da acqua pura aromatizzata con cumino.



Castello del Buonconsiglio di Trento, affresco del mese di Ottobre con scene riguardanti la vendemmia, XIV sec.

Analizzando con attenzione l'immagine precedente, ciò ci permette di spendere poche, ma illuminanti, parole per le tovaglie utilizzate per addobbare la tavola nei giorni di festa. Di solito si ricorreva a tovaglie di lino di provenienza umbra o francese (la migliore era quella di Reims, citata nei documenti italiani come di *rensa*). Quella qui riprodotta aveva un disegno a losanghe noto come ad occhio di pernice, così come lo è quella del Cenacolo di Leonardo lodata dal Vasari per il candore del lino perugino impreziosito da bande turchine tessute in cotone, i cui ordinati riquadri mostrano la tecnica della stiratura a pressa con viti di legno.

Vino

La viticoltura, nel medioevo, non era certo una novità. Essa aveva conosciuto in età romana, e forse anche prima, un discreto sviluppo, come ci attestano gli agronomi e gli scrittori antichi. In concomitanza con il declino dell'Impero romano, la coltivazione della vite e la conseguente produzione di vino avevano registrato un rilevante ridimensionamento, al punto che l'imperatore Teodosio, nel IV secolo, aveva dovuto emanare un editto in base al quale colui che estirpava una pianta di vite sarebbe stato messo a morte. Nonostante ciò, la ripresa della coltivazione della vite non fu facile se il re longobardo Rotari, nel suo celebre *Editto* del 643, prevedeva severe punizioni per chi sarebbe stato colto a rubare pochi grappoli d'uva o danneggiare i tralci delle viti. Anche Carlo Magno, nel suo *Capitolare de villis* (tra il 770 e l'800) si occupò della vite e del vino, stabilendo che fosse compito dei giudici, tra le altre cose, vigilare affinché tali coltivazioni fossero ben curate e che il mosto fosse conservato in recipienti idonei, così da non potersi deteriorare troppo velocemente.

Nell'alto Medioevo, le regioni del centro sud si erano segnalate come produttrici di vino, in linea con la tradizione direttamente ereditata da Greci e Romani. Anche il nord aveva visto il diffondersi

di tale coltivazione, specie nella variante dell'*arbustum gallicum*, la vite associata ad alberi tutori, un sistema poi propagatosi in tutta Italia e nota in Sicilia come vite alla *cavallerizza*. La vite e la cultura del vino si diffuse capillarmente penetrando in ogni angolo delle pianure, dalle colline sino alla montagne allorquando si legò sia alla promozione d'immagine direttamente proporzionale alla diffusione del credo cristiano, sia alla necessità - in tempi di scambi rarefatti e di un'economia prevalentemente votata al soddisfacimento delle necessità locali - di produrre tale bevanda, come ogni altro alimento, ovunque avvenissero stanziamenti umani. Ma il vino si può anche trasportare, di conseguenza esso divenne uno dei prodotti più ambiti del mercato alimentare, tanto nei commerci locali destinato al consumo popolare, quanto nei commerci di "lusso" che a un certo punto iniziarono a comprendere vini di qualità, trasportati su distanze sempre più lunghe.



Tacuinum Sanitatis - Avventori di vino e cantina - XIV secolo

Se analizziamo i contratti colonici stipulati tra contadini e proprietari terrieri circa la coltivazione delle vigne, e il conseguente canone ad essa legato, oscillante tra la metà e un terzo del prodotto, secondo la consuetudine locale. Non di rado, troviamo incentivi per la messa a coltura di nuovi vigneti, suggerimenti per migliorare quantitativamente e qualitativamente la coltivazione e la produzione, la richiesta da parte dei proprietari terrieri non solo del miglior mosto quanto persino di vini secondi o terzi, ottenuti con la spremitura delle vinacce e l'aggiunta di acqua con la conseguente realizzazione di vinello dal basso contenuto calorico e nutritivo, perlopiù destinati ai contadini o alla servitù. Il consumo del vino, comunque, era considerato indispensabile per tutti, infanti inclusi, non solo per motivi di tradizione e cultura, ma anche di necessità: sino alla XX secolo inoltrato, era difficile rifornirsi di acqua potabile e, in certi luoghi, come a Ravenna, la carenza d'acqua era addirittura proverbiale (già Marziale, in un suo epigramma, rimproverava gli osti ravennati di servire vino puro al posto di quello allungato con l'acqua nonostante le richieste esplicite della clientela, invertendo una furbizia che doveva esser comunque assai più praticata) ma anche in presenza di abbondanza di acqua, essa era di dubbia qualità: l'inquinamento, collegato alle tecniche rudimentali di estrazione dal sottosuolo, finivano per infettare l'acqua rendendola veicolo di pericolose infezioni. Quindi, il vino serviva sia a migliorarne il gusto, sia a purificarla, a renderla in qualche misura asettica. Istruttiva rimane, a al proposito, la vicenda dei monaci certosini che ligi all'osservanza dell'astinenza, furono costretti a far un'eccezione dopo essersi accorti che l'aver bandito il vino dalle loro tavole li aveva esposti più frequentemente all'insorgenza di determinate malattie trasmesse, presumibilmente, dall'assunzione di acqua infetta.

noteremo la sistematicità con la quale è



Tacuinum Sanitatis - Donna che spilla aceto dalla botte - XIV secolo

addirittura proverbiale (già Marziale, in un suo epigramma, rimproverava gli osti ravennati di servire vino puro al posto di quello allungato con l'acqua nonostante le richieste esplicite della clientela, invertendo una furbizia che doveva esser comunque assai più praticata) ma anche in presenza di abbondanza di acqua, essa era di dubbia qualità: l'inquinamento, collegato alle tecniche rudimentali di estrazione dal sottosuolo, finivano per infettare l'acqua rendendola veicolo di pericolose infezioni. Quindi, il vino serviva sia a migliorarne il gusto, sia a purificarla, a renderla in qualche misura asettica. Istruttiva rimane, a al proposito, la vicenda dei monaci certosini che ligi all'osservanza dell'astinenza, furono costretti a far un'eccezione dopo essersi accorti che l'aver bandito il vino dalle loro tavole li aveva esposti più frequentemente all'insorgenza di determinate malattie trasmesse, presumibilmente, dall'assunzione di acqua infetta.

San Benedetto, del resto, nella sua *Regola* aveva raccomandato sobrietà poiché in quel tempo non si riusciva a convincere i monaci che il vino non fosse adatto a loro; bisognava perciò ritenersi soddisfatti se si fosse almeno conseguito l'obiettivo di farli bere in modo parco. Ad onor del vero, la bevanda etilica non poteva mancare, né mai lo fu, dalle tavole dei monaci, certo per le già ricordate virtù consuetudinarie e terapeutiche, quanto per il suo valore simbolico e sacrale, così alto da compensare la paura dell'ebbrezza e, con essa, del peccato. Collegato alla funzione igienica era il ruolo più propriamente terapeutico che la cultura antica, come quella medievale e moderna, assegnava al vino: nelle infermerie monastiche come nella pratica ospedaliera e nelle abitudini quotidiane della popolazione cittadina e rurale, assumere questo liquido era una sorta di panacea per ogni genere di male. Il prodotto della vigna era ritenuto un ricostituente ideale per un fisico indebolito o fiaccato dalla malattia, perciò lo troviamo come ingrediente base per la preparazione di molti farmaci. Una simile valutazione, rimasta a lungo radicata nella mentalità collettiva, viene



Tacuinum Sanitatis - Vendemmia - XIV secolo

ribadita nelle regole monastiche ove era consigliato ai frati malati, mentre agli infermi dei pubblici ospedali era offerto vino in misura proporzionale alla gravità del male, oppure distribuito ad ogni pasto con generosità quasi come misura precauzionale. Nel 1463, Lucrezia Tornabuoni pregava il marito Piero de' Medici di inviargli qualche fiasco di buon *Trebbiano* per curare il loro figliolo Giuliano, afflitto da forti dolori alla milza.

Coltivato in campagna come in città, consumato in casa come negli ospedali, nelle taverne e all'aperto, il vino era un formidabile strumento d'introito fiscale e di stimolo commerciale. Conseguentemente, troviamo notizia di regolamentazione della vendemmia, leggi sulla protezione delle vigne e dei commerci, regole anti frode,

c o m e

quelle operate dagli osti (che, oltre ad allungarlo o meno con l'acqua, servivano del vino di pessima qualità accompagnandolo con del finocchio, da qui il termine di infinochiare ovvero ingannare). Alla vite ed al vino sono legati persino atti di vandalismo, specie durante le guerre, dove l'invadere le vigne, tagliare i tralci e devastarne la coltura era il primo, terribilmente efficace passo per affossare la vitalità economica, ed assieme psicologica, del rivale.

Dai trattati di agronomia (ricordiamo il *Liber Commodorum Ruralium*, scritto da Piero de' Crescenzi tra il 1308 e il 1309 e ritenuto il primo trattato dedicato alla viticoltura), dietetica, medicina, comprendiamo come il vino venisse consumato novello, al massimo non più vecchio di un anno dalla vendemmia, visto che le tecniche di conservazione e affinamento non erano certo inoppugnabili. Non mancavano i suggerimenti atti a por rimedio ad invecchiamenti non desiderati:



“La nascita di Maria” Hans Holbein il vecchio, 1493, Augusta, Cattedrale

aggiungere vino nuovo a quello vecchio, ad esempio. Sul gusto, vi era predilezione per i vini dolci come la malvasia e i vini di Creta, oppure i vini cotti, addensati e addolciti al fuoco, e quelli profumati e spezzati, arricchiti di aromi di cannella, chiodi di garofano, erbe, frutta. Anche al colore si prestava molta attenzione: il vino bianco piaceva chiaro e limpido, sicché non si disdegnava di aggiungere l'albume di uovo, così da renderlo più luminoso e trasparente. A sua volta, il vino rosso, complessivamente meno apprezzato, era gradito intenso e colorato e se non lo era abbastanza, allora lo si tingeva con uva selvatica o bacche selvatiche. Nei giorni di festa, o durante i banchetti, non poteva mancare l'ippocrasso, un vino in genere rosso, dal forte gusto speziato a base di zenzero, pepe e cannella, chiodi di garofano, noce moscata e macis, che veniva servito in genere come aperitivo, ma più spesso a conclusione del pasto.

Ma dove veniva riposto il vino per metterlo al riparo dal deperimento organico, dalla cupidigia di estranei e dai danni di animali di ogni genere? La risposta è più complessa e articolata di quanto possa sembrare. Quella che oggi è la cantina, nel Medioevo era un ambiente collocato al livello del suolo, aveva pavimento in terra battuta o in coccio pesto, pareti in muratura e copertura fatta di travature lignee, assi o scandole, tavelle e coppi. Tra Tre e Quattrocento si aggiunse un portico di varie dimensioni che divenne un elemento strutturale costante e plurifunzionale, almeno delle cascine lombarde dove il vino trovava posto in ambienti chiamati *càneva* o *canepa*. Questa, dopo l'XI secolo appare come un ambiente in muratura, senza fondazioni a livello del suolo, coperto di paglia o di coppi sostenuti da travi. Adibito anche a magazzino delle derrate e degli arnesi agricoli, questo ambiente non aveva caratteristiche architettoniche precise e, strutturalmente, non risolveva il problema della sicurezza dei beni e delle botti. A partire dal XIV secolo si trovano notizie di vere e proprie cantine, stanze in muratura con volta di mattoni e pietra, parzialmente interrata in area collinare e terranee in pianura. Dal XV si fece strada l'idea di fornire di cantine sotterranee palazzi signorili, castelli e monasteri (queste ultime due tipologie architettoniche avevano ampi spazi a piano terra destinati alla conservazione del vino, affiancati da locali per il torchio - *torcularium* - e ripostigli - *tinaia* - per gli attrezzi da lavoro e ai recipienti per vinificare e travasare).

Le cantine sotterranee, talvolta note con il termine di cella, dalle mura in pietra o cotto, pavimento inclinato per meglio far defluire il vino fortuitamente versatosi e l'acqua necessaria alla pulizia, volte a botti e ambienti bene aerati, si presentano come uno spazio distintivo delle dimore di alto rango, i cui ricchi proprietari palesavano il loro stato sociale e il prestigio economico. Niente da spartire con le numerose cantine ubicate in grotte naturali o artificiali, utilizzati in ogni parte d'Italia come, ad esempio, i *crotti* del Piemonte meridionale, i *covoli* veneti, le cantine tufacee della Toscana e del Lazio, le caverne del versante Adriatico, i palmenti siciliani e sardi. Testimoni di un antico e diffuso ricorso alle cavità sotterranee, trovarono valenti estimatori in cronisti come il padovano Rolandino (XIII sec.) e letterati come Fazio degli Uberti che nel suo *Dittamondo* magnificò le caverne di Costozza nel vicentino dove la *maggior novità si è il veder lo covol di Costoggia là dove il vin si conserva e ripone*.

Tra le curiosità, possiamo notare che i pittori, nel rappresentare scene della nascita di Maria o di Gesù, rappresentano immagini di cibi e bevande destinate a ristabilire le forze delle spossate puerpere: ed ecco che troviamo - nonostante le raccomandazioni mediche - uova sbattute con lo zucchero, brodo, miele, minestre, volatili, frutta fresca e, *dulcis in fundo*, vino bianco e rosso, spesso liquoroso.

La dieta della maggioranza della popolazione, in passato, era semplice ed essenziale: si mangiava pane e si beveva vino, che non svolgeva solo un ruolo fondamentale nell'alimentazione, ma costituiva anche una delle poche forme di evasione che la società potesse offrire. Un po' in tutta la penisola italiana, i produttori vendevano il vino nei propri palazzi attraverso un'apposita apertura detta buchetta o finestrino del vino, ma le osterie erano ugualmente frequentate e le autorità regolavano la vendita al minuto, imponendo una gabella, fissando i prezzi massimi delle diverse



Storia di Antonio Rinaldeschi, Filippo Dolciati, 1501, Firenze Museo Stibbert

testimonianza pittorica, opera di Filippo Dolciati del 1501, nella quale possiamo osservare che si è in estate, ci si siede all'aperto godendo dell'ombra assicurata delle fronde dell'albero che ha dato il nome al posto, sito presso la via Calzolai. Due avventori sono intenti a giocare con i dadi e bere avanti a un semplice tavolo e un assito; su un vicino panchetto la brocca col vino e i bicchieri di coccio sono appoggiati su una tovaglia. Sulla sinistra si riconosce una bottega dove è in vendita una *schiodionata*: fegatelli di maiale, volatili o pezzi di carne, infilzati in uno *schidione*, cioè uno spiedo, e cotti sul focolare, con l'aiuto del girarrosto.

Birra

L'antichissimo *vino d'oro*, legato nella seconda metà del passato secolo nell'immaginario mediterraneo all'estate e al senso di freschezza offerto da un'invitante bevanda ghiacciata, o al binomio pizza e birra, sta sempre più assumendo valenze diverse, soppiantando - specie fra i giovani - il *vino d'uva*, più impegnativo. Apprezzatissimo in Egitto, la birra non lo era altrettanto a



Cortile fiammingo olandese di Pieter de Hooch, Washington National Gallery of Art 1658-1660

Roma, dove veniva chiamata *cervisia*, denominazione poi transitata nel moderno spagnolo *cerveza*. A lungo il confine tra la terra della birra e quella del vino fu geografico: la prima era la bevanda tradizionale di molti popoli del Nord e dei paesi della Riforma protestante, anche perché - a partire dal XVI secolo - i produttori ottennero una qualità migliore e una produttività maggiore grazie al controllo della fermentazione dell'orzo. Anche nell'Italia settentrionale, però, la produzione e il consumo di birra erano elevati. Famosa era, del resto, quella prodotta presso il monastero di Bobbio che per tutto l'Alto Medioevo è stato il maggior centro di fabbricazione europeo. La birra era legata alla dieta del mondo barbarico basata su carne, soprattutto suina, latticini, pappe d'avena e focacce d'orzo, in

qualità e reprimendo le frodi. Si beveva durante pranzi, cene e feste varie, tanto che il Sacchetti, nella novella XXXI del *Trecentonovelle*, afferma che in tali occasioni "*adoperandosi più il vetro che'l legname*", cioè si ricorre più al bicchiere che al tagliere o al piatto. Per avere un'idea della quantità di vino consumato pro capite annualmente, si può ricordare che i moralisti invitavano a non acquistare più di un *Congo*, ovvero quattrocento litri all'anno a testa, il che significa un consumo pari a più di un litro al giorno. Lorenzo il Magnifico, nella sua poesia *I beoni*, cita numerose osterie fiorentine come la *Giannese* al Ponte a Rifredi, il *Buco*, quella delle *Bertucce* e quella del *Fico*. Di quest'ultima, ricordata dal solito Sasseti nella novella CLXXVI, rimane anche una

contrasto con quella mediterranea con la sua tradizione di olio, verdure, carni ovine e formaggi. Dal Seicento in poi la birra divenne bevanda nazionale tedesca, inglese, danese e dei Paesi Bassi del



Malle Babbe ossia la Pazza Babbe, di Frans Hals, 1633-1635, Berlino, Staatliche museum, gemaldegalerie

Nord, tanto da spuntare di frequente nelle nature morte e nelle scene di genere olandesi del XVII e XVIII secolo. Proprio una di queste opere, il *Cortile fiammingo olandese* di Pieter de Hooch ci fornisce gli elementi necessari per poter approfondire due aspetti tra loro interdipendenti e direttamente legati al consumo di birra, e degli alcolici in generale: l'uso dei boccali e i *drinking games* o *trinkspiele*. Alti bicchieri cilindrici, muniti o meno di coperchio con presa a cupolino, brocche decorati con smalti, questi contenitori sono manufatti realizzati con vetro di tonalità verde chiaro, quasi incolore con sfumatura tendente al grigio chiaro o al giallo paglierino. Decorati con soggetti sacri o profani (si va dalle processioni dei santi, alle giostre dei cavalieri che montano impetuosi e bizzarri destrieri ornati di raffinati finimenti, passando per emblemi araldico, scene di caccia, ma anche carte da gioco, insegne di botteghe e di imprese artigianale), questi boccali noti come *humpen* o *stangeglaser* erano riservati a esser usati

nelle vivaci riunioni conviviali e allegre bevute allietate da sonori brindisi che, proprio per la fragile natura del materiale con il quale erano fabbricati, finivano per provocare frequenti fratture. La loro superficie è quasi sempre segnata da linee orizzontali più o meno nette che indicavano la quantità di vino o birra riservata a ogni singolo commensale. Il calice, infatti, passava di mano in mano in abbondanti e ripetute libagioni, mentre le grandi brocche con corpo globulare, robusta ansa e beccuccio munito di versatoio erano utilizzate per riempire i boccali e dar il via a una rinnovata ritualità di piacevolezza conviviale, non priva di eccessi. Tra le decorazioni, ricordiamo quelle con stemmi araldici e la scritta "F.A.R.P.E.S." che alludevano al grano - nel tedesco del XVI secolo, *far* -, simbolo di prosperità, e territorio - *pes* -, volendo indicare l'ideale connubio di pace e benessere per lo stato; oppure ci si poteva imbattere nell'aquila imperiale con le ali spiegate sulle quali sono riportati gli stemmi delle regioni alleate, con riferimento a un passo della Bibbia *l'aquila che desta la propria nidiata, si libra a volo sopra i suoi piccini, spiega le sue ali, li prende e li porta sulle penne* (*Deuteronomio*, 32.12). Tra i calici con soggetti meno impegnativi, al contrario, erano utilizzati bicchieri decorati con immagini profane che inneggiano, in modo esplicito, alla calorosa e sguaiata convivialità dei banchetti in un'atmosfera da osteria. Tra i più ironici, troviamo *humpen* dove campeggiano le carte da gioco, in una riproduzione speculare a gioiosi, insoliti, ambigui scambi di bicchieri che davano la stura a divertimenti di varia natura, persino erotici. Arriviamo così ai giochi del bere ben rappresentato dal suddetto quadro, realizzato tra il 1658 e il 1660 dal de Hooch, artista fiammingo concittadino del più noto Vermeer, capace di restituire con precisione il contesto sociale e culturale di una Olanda nel suo "Secolo d'oro", periodo in cui la borghesia sta emergendo e anche la birra ha un suo ruolo. In una chiara giornata d'estate due uomini, una giovane e una bambina sono raffigurati in un cortile domestico con la *Nieuwe Kerk* di Delft in lontananza.

Un'elevata recensione di legno delimita sul fondo la corte e si collega a un muro di mattoni chiazzato dal sole, in cui si apre una porta che introduce, grazie a bassi gradini, in un boschetto scuro con alberi dal tronco sottile che svettano verso il cielo. I due uomini siedono soddisfatti, uno a gambe larghe con la mano sul ginocchio destro, si è alleggerito del mantello che ha appoggiato su una staccionata e fuma una lunga pipa; l'altro, un soldato, come attesta la corazza, ha deposto la sua pipa sul tavolo. Tiene in mano una brocca utilizzata per riempire di birra uno speciale bicchiere di vetro utilizzato per i sopraccitati *drinking games*, ovvero giochi alcolici. Codificati da lungo tempo nei paesi nordici¹, ma che in Italia non hanno una denominazione antica, sebbene ve ne sia traccia palese nella *passatella* laziale e nel siciliano *tocco*. Per il gioco qui rappresentato ogni partecipante doveva bere fino ad una linea circolare segnata sul vetro del bicchiere, qualora non avesse raggiunto il livello esatto sarebbe dovuto passare a quello successivo e, solo quando vi fosse riuscito, il bicchiere sarebbe andato al giocatore seguente. Nella scena, lo speciale *passglass*, dotato di piede e dalla forma affusolata con le caratteristiche tacche, è in mano alla giovane che partecipa al gioco bevendo in piedi davanti al tavolo: lo sguardo soddisfatto e ammiccante del soldato, la posizione incurvata e concentrata della donna indicano che essa non sta riuscendo nell'intento. Il gioco assume così una valenza chiaramente erotica, per la chiara volontà dell'uomo di inebriarla, allentandone le difese inibitorie. Una bambina sopraggiunge portando un piccolo braciere colmo di carboni ardenti per permettere agli astanti di accendere le pipe di gesso dal lungo cannello e dal caratteristico colore bianco derivato dall'impatto ceramico allora in uso: l'accoppiata birra-fumo era assai diffusa riportando alla mente la trilogia Bacco-tabacco e Venere.

A proposito, se a qualcuno dovesse sembrare strano che, a quel tempo, una donna partecipasse ad una competizione, come dire, così poco edificante, non creda di essere misogino o retrogrado, se si considera quale fosse l'opinione lasciataci in merito da Federico Badoer, ambasciatore veneziano in Spagna, allorché nella sua *Relazione su persone, governo e stati di Carlo V e di Filippo II* (Venezia 1557) affermava che i fiamminghi *nel mangiare non eccedono molto, ma nel bere s'imbriacano ogni giorno, e le donne in molti luoghi poco meno degli uomini*.

È sempre piaciuta a molti, la birra, ma non a tutti: Michiel de Montaigne, ad esempio, negli anni Ottanta del Cinquecento scrisse nei *Saggi*: "l'educazione ha potuto questo su di me, se pure, a dire il vero, non senza qualche sforzo: che a parte la birra, il mio appetito si adatta a tutte le cose di cui ci si nutre."

¹ nel testo anglo-normanno, redatto in lingua d'oïl e noto come "voyage (o pèlerinage) de Charlemagne" si racconta di un episodio in cui il sovrano franco, ospite insieme ai suoi cavalieri della corte costantinopolitana di Ugo il forte, si rende protagonista di una serie di spacciate incoraggiate e amplificate da abbondanti libagioni. L'episodio ricalca l'usanza tipica dell'antica tradizione conviviale germanica. Consumate le vivande, si faceva circolare un corno pieno di birra che passava di mano in mano: chi lo riceveva doveva alzarsi in piedi e tracannarono, dopo aver formulato una specie di voto in cui s'impegnava a compiere un'impresa eccezionale.

Romani e Barbari: vino contro birra? Un esempio di storia sociale dell'alto Medioevo

Per lungo tempo si è presentato questo rapporto come uno scontro tra civiltà: i Romani civilizzati e urbanizzati, agricoltori, mangiatori di cereali e bevitori di vino, contro i Barbari selvaggi, nomadi e allevatori, mangiatori di carni e bevitori di birra. Questa immagine, seppur non priva di verità, è esagerata: i popoli germanici che nel V secolo si erano stabiliti presso la riva

sinistra del Reno e nella parte occidentale dell'Impero romano non erano più nomadi e i loro avi praticavano l'agricoltura sin dal Neolitico. Inoltre, i numerosi contatti tra le due parti avevano finito inevitabilmente per influenzare gli usi degli uni come quelli degli altri. Le élites letterarie romane potevano avvicinarsi alla moda dei barbari e ai loro usi militari, mentre i guerrieri germani non erano immuni al fascino emanato dalla cultura e dalla religione romana. Tuttavia, la coabitazione risultò tutt'altro che pacifica, specialmente per l'educazione letteraria e gli usi sociali e conviviali che presupponevano modalità di approccio, almeno inizialmente, differenti. Per i modelli greco-romani, infatti, le regole del simposio restavano prioritarie innanzi al banchetto germanico e ne troviamo traccia in numerosi passaggi letterari. I quali, sia ben chiaro, non sono teneri verso l'eccesso e l'ubriachezza. Sul finire del VI secolo, il vescovo Gregorio di Tours racconta nel quinto libro delle

sue *Storie* che i vescovi di Embrun e di Gap *passano la maggior parte delle loro notti a festeggiare e a bere*, dormono tutto il giorno, si alzano solo a notte fonda e, *dopo esser stati alle terme o ai bagni*, si davano nuovamente ai bagordi, spesso in dolce compagnia. Membri della classe governativa gallo-romana, come la maggior parte dei vescovi del tempo, questi uomini finivano per incarnare il perfetto esempio del *modus vivendi* allora imperante presso quella fetta di popolazione: i piaceri dei bagni, le feste, le crapule del cibo raffinato, il vino e la compagnia di procaci danzatrici. Al contrario, la classe dirigente d'origine barbara, riceveva una educazione miliare e possedevano una cultura orale che lasciava spazio alle sole raffinatezze dei finimenti e dei gioielli. Bevitori di birra, anche se né questi né gli altri disdegnavano di tracannare il liquido preferito dagli amati-odiati vicini, sinonimo



Un banchetto su "stibadium", da una miniatura contenuta nel Vergilius Romanus, manoscritto del VI secolo conservato presso l'abbazia merovingia di Saint Denis

di appartenenza e simbolo di cultura, i guerrieri germanici erano grandi mangiatori di carni, apprezzando particolarmente quella dei grandi quadrupedi, tanto domestici quanto selvatici (buoi, maiali e cinghiali, cervi e caprioli), arrostita alla griglia. Quest'ultimo dato dovrebbe farci riflettere sull'infondatezza dell'ipotesi che i barbari basassero la loro alimentazione quasi esclusivamente sulla caccia; le pecore, i buoi, i maiali, invece, esprimevano la ricchezza di colui che aveva i mezzi per procurarsi le carni e il potere di dominare i contadini da cui farsi approvvigionare e dar da mangiare al proprio entourage. Altro punto di divergenza tra Romani e Barbari stava nel modo di mangiare. Sempre nel VI secolo, i membri della classe senatoria gallo-romana banchettavano ancora sdraiati su di un *stibadium*, confortevole letto di tavole che permette a una mezza dozzina di invitati di pranzare attorno alla medesima tavola bassa. Il basso numero di invitati, che potevano arrivare ad una ventina di persone allorché si installavano tre *stibadia* nella sala, dimostra come lo scopo delle cene romane non fosse quello di organizzare grandi banchetti luculliani, bensì ritrovarsi in ambienti confortevoli presso i quali ricreare un'atmosfera intima che avrebbe favorito, con cibo e

bevande raffinate a far da piacevole pendant, l'intrecciarsi di una conversazione elevata tra gente che aveva ricevuto la stessa educazione. Tra i Germani era preferibile mangiare seduti davanti una tavola poggiata su trespoli dove prendevano posto un gran numero di commensali. Inoltre, essendo i pranzi uno dei luoghi principali d'espressione culturale e identitaria, per i monarchi merovingi finiscono per assumere valenza di convivialità e familiarità che permette loro e alla loro corte, spesso itinerante, di rafforzare i legami con i vari gruppi e le consorterie sparse per il regno. La caccia, altra pratica aristocratica per eccellenza, praticata tanto dai discendenti di Romolo come da quelli di Arminio, era un'altra di quelle pratiche sociali che permettevano ai grandi del regno di poter godere degli svaghi regali e accedere alla sua persona. A tavola, i senatori romani e i loro imitatori germanici degustano un'alimentazione molto fine, erede dell'alta cucina imperiale romana, che consisteva in piatti elaborati ricorrendo a ingredienti molto diversi tra loro e impreziositi da un massiccio ricorso a spezie importate. Essi apprezzavano largamente le ostriche, che arrivavano anche da molto lontano, e carni di bue cucinate nei più svariati modi. Sugli arrostiti non poteva lesinarsi abbondanti porzioni di *garum* o di *liquamen*, salsa a base di frattaglie di pesce fermentate assimilabile un po' all'odierno *nuoc-mam* vietnamita. L'uso di questa salsa è un ulteriore segno di contaminazione, di apertura e dialogo culturale tra le due fazioni, carne allo spiedo germanico guarnita da ketchup romana!

La strada è ormai aperta, il confronto inevitabile tanto che dobbiamo al goto Vinidarius, attivo presso la corte ravennate del re ostrogoto Teodorico, la salvezza di un libro di cucina di Apicio, gastronomo romano vissuto nel I secolo della nostra era. Del resto, non ci è sempre stato insegnato che fu il grande Teodorico a spendersi anima e corpo nella promozione dell'assimilazione?

Ora sappiamo che per conseguirla incoraggiò la trascrizione e la produzione di trattati alimentari romani. Tra questi, vogliamo ricordare il *De Observacione ciborum* del medico greco Antimo di Costantinopoli, al servizio di Teodorico che, nel 520 circa, lo invia presso Thierry I, figlio maggiore di Clodoveo e sovrano del Nord-Est del regno franco, al quale finì per dedicare il trattato. L'opera resta una fonte storica eccezionale sulla alimentazione dei re merovingi. Certo, non abbiamo alcuna prova certa che tutte le ricette qui proposte venissero realmente realizzate, tuttavia queste rappresentano un ideale esempio culinario dell'epoca. Le proposte di Antimo sono gastronomiche e mediche: il nutrirsi deve aver come obiettivo principale il mantenere la sanità dell'individuo, che si basa prima di tutto sulla giusta proporzione tra gli alimenti scelti, che dovranno essere ben preparati e cotti a puntino, in quanto i cibi crudi erano ritenuti dannosi, conformemente ai principi sanitari antichi. L'autore non si sogna nemmeno di privare i suoi ospiti delle abbondanti libagioni di birra *cervoise* - priva di luppolo - e idromele, gli consiglia il ricorso al bollito, che favorirebbe la digestione, mentre gli rimprovera di esser ingordi di lardo e palesa una diffidenza tutta mediterranea verso il burro, che chiama *melca*, utilizzando un termine germanico che senza dubbio veniva usato presso entrambi i popoli germanici con cui era venuto in contatto.

Certo, le osservazioni fatte valgono quasi esclusivamente per le élites, purtroppo i testi non dicono praticamente nulla sulle abitudini alimentari dei ceti popolari. Lo sviluppo di nuove tecniche archeologiche ci permetterà, negli anni a venire, di colmare queste lacune.

Il Sidro

Tra le bevande medievali, il ruolo del terzo incomodo, oltre alle più comuni birra e vino, venne riservato al sidro sebbene, a dire il vero, i suoi estimatori non superarono mai il decimo del totale dei bevitori. Prodotto con regolarità presso le tribù germaniche stabilitesi entrò i confini dell'impero carolingio, immancabile alla mensa dei sovrani merovingi, nell'Alto Medioevo il sidro, conosciuto

con il termine di *sicera*, ebbe un tal successo da venir associato a qualsiasi bevanda fermentata. Solamente in Normandia, a partire dal XI secolo, il termine cominciò a designare una bevanda specifica, prodotta dalle mele. Esisteva, però, anche una sua versione ricavata dalla lavorazione delle pere, però la versione più diffusa e apprezzata rimase sempre quella legata alle mele, tanto coltivate quanto selvatiche. Le mele venivano raccolte in settembre, prima che cadessero mature al suolo e divenissero pasto dei maiali che pascolavano in libertà. La bevanda che se ne ricavava era una vinaccia dal sapore acidulo al quale si aggiungeva dell'acqua e che veniva apprezzata quasi esclusivamente dai ceti contadini, dove faceva concorrenza alla più reclamizzata birra. Lontana dall'idea di eccesso e ubriachezza, è significativo che venisse menzionata in molte Vite dei Santi come esempio di austerità e morigeratezza da tutti quei retti uomini che conducevano un'esistenza davvero in odor di santità evitando accuratamente di bere vino, latte e birra, ma non disdegnando questa bevanda amarognola confezionata con acqua e succo di mele selvatiche. A partire dalla fine del XIII, specie in quelle regioni dove permaneva qualche traccia della cultura visigota, si diede inizio alla produzione di un sidro di qualità, privo di acqua e con il succo ricavato adoperando tipologie selezionate di mele. Questo prodotto, tipico delle Asturie, della Galizia, dei Paesi Baschi iberici e francesi e dell'Aquitania, era conosciuto con il nome latino di *pomacium*. Il secolo successivo, ancora in Normandia si perfezionò il processo di selezione della materia prima, coltivando tipi specifici di mele in zone appositamente recintate e protette dalle incursioni devastatrici dei maiali allo stato grado e dei loro cugini selvatici, i cinghiali. Inoltre, presso i documenti notarili e tra la raccolta di privilegi e prebende feudali e clericali, specie delle grandi abbazie, troviamo esplicito riferimento a corvée relative alle prestazioni per la raccolta delle mele da parte dei contadini. È questo il tempo in cui si realizzano per la prima volta delle capienti cantine dove realizzare, stipare e commercializzare questa bevanda ambrata, profumata e leggermente spumosa. In Inghilterra, dove fu introdotta dalle abbazie normanne, non riuscì ad aver ragione della concorrenza della birra, tuttavia venne apprezzata dai medici per le sue virtù digestive, diuretiche e terapeutiche nei confronti di malattie come la peste o freno all'insorgenza delle calvizie. Le donne, d'altra parte, la utilizzavano nel vano tentativo di arrestare il lento, ma inesorabile scorrere del tempo. In Normandia e Bretagna iniziò una scalata che, a partire dal Trecento e per tutta l'età Moderna, la portò in cima ai consumi, infrangendo finalmente l'egemonia del binomio birra-vino.

