

L'ALIMENTAZIONE NEGLI USI RELIGIOSI

Di Federico Caniati

Componente della storia e della civiltà di ciascun popolo, il cibo è anche un mezzo di comunicazione attraverso il quale l'uomo esprime se stesso. Essendo un fatto culturale, anche l'alimentazione oggi è in trasformazione, anche a seguito del processo di globalizzazione, e il cibo diventa uno strumento di confronto e di conoscenza di culture diverse, quasi un ambasciatore della comunità di riferimento.

Soprattutto in un'epoca di forti migrazioni, la cucina è uno fra gli strumenti più immediati per entrare in contatto con la cultura degli altri. Si può quindi affermare che l'alimentazione rappresenta uno strumento di primo contatto tra cultura dell'accoglienza e la cultura della provenienza. Ne sono testimonianza i numerosi ristoranti e negozi etnici.

Uno dei principali aspetti che caratterizza la gastronomia e le usanze culinarie, specie quelle extracomunitarie, è rappresentata da un legame profondo con le credenze religiose: spesso la fede si manifesta in ogni aspetto della vita e perciò entra anche in cucina.

L'ALIMENTAZIONE SECONDO I PRECETTI RELIGIOSI

L'alimentazione contribuisce a mantenere viva la cultura di un popolo e la religione, a sua volta, orienta le scelte alimentari quotidiane dei fedeli.

In questo, il Cristianesimo sembra essere un'eccezione. Il "venerdì di magro", cioè l'astinenza dalla carne, e il digiuno (il mercoledì delle Ceneri e il venerdì Santo) sono gli unici atti di fede o tradizione che ci venivano imposti da bambini, e sono precetti che sono quasi scomparsi.

Inoltre, a differenza di altri fedeli, i cristiani non hanno nessuna difficoltà ad accettare i piatti di culture diverse e possono farlo senza commettere peccato.

Libertà e fantasia in cucina hanno permesso agli Italiani di inventare numerosi piatti legati ad alcune feste religiose, soprattutto Pasqua e Natale, dal panettone milanese alla pastiera napoletana ai «befanotti» lucchesi, o dedicati a protettori e patroni, come le «chiacchiere di Sant'Antonio».

Solo il cristiano può mangiare indifferentemente sushi giapponese e carne di maiale, sperimentare cucina messicana e orientale, senza alcun tabù.

Per l'Ebraismo, nutrirsi secondo una dieta all'insegna di numerosi divieti significa appartenere alla comunità. La *Kashrut* è una serie di regole alimentari prescritte dalla *Torah* (i primi cinque libri dell'Antico Testamento, integrati da regole orali aggiuntesi nel tempo). Essa costituisce una complessa architettura normativa che guida la preparazione e il consumo del cibo, in casa e fuori. Il termine *kasher* significa, infatti, «adatto».

L'elenco degli animali commestibili è contenuto nella Bibbia (*Levitico*, cap. 11 e *Deuteronomio*, cap. 14), a partire dai quadrupedi ruminanti con gli zoccoli biforcuti (mucca, pecora, capra, cervo). Sono esclusi, pertanto, maiali, cammelli, cavalli e conigli; fra i volatili sono proibiti, ad esempio, tutti i rapaci e gli uccelli notturni; si possono consumare solo i pesci con squame e pinne (non i molluschi e neppure i crostacei, dunque, ma neanche anguilla, pescecane e altre specie che si ritiene non abbiano le squame complete). Certi tipi di locusta sono permessi a chi è in grado di identificarli.

Tutti gli animali, anche quelli permessi, non sono ritenuti però *kasher* se non sono uccisi con il metodo noto come *shekhitah*. Lo *shokbet*, che possiede il titolo d'idoneità alla pratica, recide con un coltello la trachea e l'esofago dell'animale, causando una perdita di coscienza praticamente istantanea. Il sangue rimasto nella carne viene eliminato mediante un processo di lavatura, salatura e risciacquo, per secoli appannaggio delle donne. C'è anche l'astensione da parti precise del corpo dell'animale, rigorose prescrizioni per eliminare ogni traccia di sangue (con la salatura e l'arrosto). Proibiti anche i frutti provenienti da innesti e il primo frutto dell'albero, perché a Dio spetta ogni primogenito.

Una casa rigorosamente *kasher* avrà inoltre due servizi di utensili per la preparazione e il consumo dei cibi: uno è destinato alle carni e ai suoi derivati, l'altro ai latticini e agli alimenti non animali, poiché è vietato mescolare latte e carne. E questo vale anche per il frigorifero, che dovrebbe avere spazi separati. Da perderci la testa, insomma. Eppure, questi limiti sono stati tradotti in modi positivi e diversi, a seconda dell'origine askenazita (gli ebrei del Nord Europa) o sefardita (gli ebrei italiani o nordafricani): ne sono esempi il *cuscus*, arrivato in Sicilia con l'immigrazione ebraica dal Nordafrica, le melanzane dei sefarditi, i carciofi fritti, il marzapane, il paté di fegato d'oca.

La festa più solenne è lo *Yom Kippur*, il giorno dell'espiazione, dieci giorni dopo il capodanno ebraico. Alla vigilia bisogna digiunare per 24 ore ed è proibito indossare vestiti o accessori in cuoio.

Il musulmano è colui che si arrende alla volontà di Allah: Islam significa, infatti, "sottomissione". Il rigore alimentare stabilito nel Corano, insieme ad altre proibizioni e all'obbligo della preghiera cinque volte al giorno, insegnano il controllo di se stessi e fanno sentire il fedele partecipe di una comunità.

Il consumo di bevande alcoliche, capaci di eliminare i freni inibitori, alimentare l'odio e la scarsa considerazione per Dio, è un peccato grave come l'omicidio. Come è scritto nel Corano, «quello che il suo molto ubriaca, anche il suo poco ne è proibito».

La legge islamica prescrive una serie di regole per la macellazione del bestiame affinché la carne sia considerata commestibile. Per i musulmani, tali regole appaiono mutate dalla tradizione ebraica del cibo *Kasher* e, di fatto, coincidono nelle due culture.

Sono proibiti l'asino, gli uccelli rapaci, i rettili, le rane, i pesci privi di scaglie e, naturalmente, il maiale: divieto comune agli ebrei e alle religioni orientali. Ancora oggi, in molti ambienti musulmani la carne di maiale è considerata pericolosa per la salute, perché sede di parassiti. Alcuni studiosi sottolineano il

fatto che l'Islam ha avuto origine e si è sviluppato più velocemente nei Paesi dove il troppo sole e il caldo secco rendono troppo costoso l'allevamento dei suini.

La carne di cavallo non è vietata, ma il Profeta non se ne cibò mai.

Grande importanza ha il mese del digiuno, il Ramadan: nel nono mese del calendario musulmano (basato sui cicli lunari) il musulmano si astiene dall'alba al tramonto («finché un filo bianco è distinguibile da un filo nero») dai cibi e dai liquidi. Il mese si chiude con la grande festa di *id ad-fitr*, la festa della rottura del digiuno.

Anche per l'induismo la colpa più grave consiste nel provocare la morte di un essere vivente, animali compresi, perché sede di un'anima che sta scontando gli sbagli di una vita precedente, in ossequio alla dottrina dell'*ahimsa* (non violenza). La cucina indiana fa riferimento a testi antichi, come l'*Ayurveda*, che vieta l'uso contemporaneo di alcuni prodotti: ad esempio il latte non deve essere accostato a funghi, verdura, legumi, miele e farina. Il macellaio è una professione impura, perciò relegata a quegli indu che non appartengono a nessuna casta, i *paria*, che possono anche consumare la carne. La dieta vegetariana è riservata alle caste più elevate, come marchio di distinzione sociale. L'induista, poi, rifiuta l'aglio e la cipolla e alcune caste allargano il divieto anche a carote, rape e legumi rossi. Per le religioni orientali, nel passato il vegetarianesimo è stata una scelta conveniente per fronteggiare la povertà, visto che una vacca viva fornisce molto più cibo di una macellata: latte tutti i giorni, formaggio, burro, yogurt. Da questo derivano l'importanza e l'amore che gli indu riconoscono a tale animale. Inoltre, anche l'induismo prevede il rifiuto delle bevande alcoliche.

Il buddismo è la religione della moderazione in qualunque campo della vita, alimentazione compresa. Anche se la regola è l'astinenza dagli animali terrestri, da pesce e dai formaggi stagionati, al fedele buddista è permessa la carne in determinate circostanze: in particolare, non bisogna aver partecipato all'uccisione dell'animale.