

€ 1

€ 2

Cultura

8 Marzo 2023

8 marzo | Straordinarie donne di cucina



La redazione di Gastronomika ha selezionato alcune delle figure femminili che più hanno contribuito alla crescita della gastronomia. Piccole o grandi storie di cibo che hanno il sapore della condivisione





Foto di Vonecia Carswell su Unsplash

Julie Powell, la prima vera blogger di cucina (di Giulia Salis)

Prima di Sonia Peronaci e di tutte le altre, c'era lei. Prima di Instagram, c'era sempre lei. Julie Powell è stata una delle prime al mondo a mettere su un blog di cucina. L'ha fatto con talmente tanta passione da essersi conquistata un libro e un film, "Julie & Julia", diretto da una visionaria Nora Ephron e interpretato da Meryl Streep e Amy Adams. Ecco, se ci si ferma per un secondo a pensare a donne che hanno in qualche modo rivoluzionato la cucina, Julie Powell entra di diritto in questa classifica. Perché se oggi tutti parliamo di cibo, ne scriviamo, lo fotografiamo, forse, questo lo dobbiamo anche a lei. A una giovane trentenne che, ormai vent'anni fa, stanca di un lavoro non soddisfacente e bisognosa di ritirare fuori dal cassetto i sogni accantonati dopo la laurea, decide di mollare tutto e lanciarsi in un'ambiziosa avventura: quella di cucinare per un anno le 524 ricette del libro di cucina di Julia Child, "*Mastering the Art of French Cooking*". E ci piace

perché il suo racconto del cibo è scevro da meccanismi vanesi o di puro business, ma pieno di tangibilità. Stare tra le sue righe è un po' come stare nella sua cucina. «Lo sportello del forno si apre e si chiude così velocemente che quasi non si nota il gesto abile con cui affonda il cucchiaino in una pentola, e lo porta poi alla bocca per assaggiarlo, come il ritmo di un assolo di precisione. Poi a mani nude si mette a pescare dei cannelloni dalla pentola mentre l'acqua bolle». Non vi sembra di essere in quella stanza? Julie Powell è morta lo scorso ottobre, a 49 anni, per un arresto cardiocircolatorio. «Progetto Julie & Julia: proverò tutte le ricette di Julia Child, 365 giorni per 524 ricette. Sto rischiando la salute per un compito folle», questo l'incipit del blog. Forse la salute l'ha davvero rischiata, ma senza dubbio ci ha lasciato un piacevolissimo esempio di come il cibo andrebbe raccontato.

PUBBLICITÀ



Eva, una rivoluzionaria del cibo (di Daniela Guaiti)

«Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradito agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò». (Genesi, 3,6).

Eva, la madre di tutti i viventi, creata da Dio perché stesse accanto all'uomo, creata, in una prima narrazione, insieme all'uomo, in un'altra dall'uomo. Eva, la prima donna, colei che cede alla tentazione, non tanto della gola, ma della mente: non è il desiderio di quel frutto così buono, ma della conoscenza che in sé racchiude a guidarla. Ma il danno è fatto: la mano è quella di una donna, lo strumento è il cibo. Quel cibo che da lì in avanti non sarebbe più stato lo stesso. Il Signore aveva piantato in Eden un giardino, dove «Fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare», e vi pose fiumi e tutto quello che poteva essere necessario all'uomo. La storia la sappiamo tutti. E tutti sappiamo che dopo aver mangiato il frutto proibito uomo e donna sono stati cacciati dal paradiso terrestre: «Maledetto sia il suolo per causa tua! Con dolore ne trarrai il cibo per tutti i giorni della tua vita. Spine e cardi produrrà per te e mangerai l'erba campestre. Con il sudore del tuo volto mangerai il pane». Il rapporto con il cibo è cambiato per sempre. Non sarà mai più un dono scontato, ma occorrerà faticare per procurarlo. Forse Eva, prima rivoluzionaria nel mondo del cibo, aveva capito che quel paradiso non era quello che voleva. Forse si è lasciata ingannare dal serpente perché sapeva che fuori c'era un mondo da conoscere, e che la conoscenza passava anche dalla fatica. Oltre che dall'assaggio di un dolce frutto: in fondo, il cibo è la prima finestra attraverso la quale anche i bambini conoscono il mondo.



Antonia Klugmann, la forza dell'autenticità (di Maria Vittoria Caporale)

«La cucina credo sia una sintesi possibile tra mondo interno ed esterno. Un progetto che non riguarda solamente la rappresentazione, ma il vivere. [...] Nel cucinare c'è il mio tentativo di comprendere escludendo la meccanicità dello sguardo. Credo che la cucina, come la fotografia, sia un linguaggio potenzialmente eratorio, in cui non è possibile cancellare una certa casualità. Il mio cucinare

passa per forza attraverso lenti personali. La cucina non è un linguaggio assoluto e cerco di non perdere nulla in un movimento in cui c'è un merito anche quando si sbaglia lungo la via»

Se penso a una donna della cucina che ha per me un grande significato penso ad [Antonia Klugmann](#), per la forza della sua visione di cucina – che ha raccontato attraverso le parole di Luigi Ghirri applicate al suo lavoro durante l'intervento a Identità Milano 2023 – come atto culturale, responsabile, introspettivo, come spazio di creatività e libertà e per la medesima forza nel definirsi, non in termini strettamente di genere, ma come individuo, prima di tutto, come professionista, come chef.

Un rapporto di amore a due, quello tra lei e la cucina, fortemente desiderato e coltivato con dedizione dai 22 anni – dopo l'abbandono degli studi di Giurisprudenza a Milano – la cui gratitudine è possibile percepire, vedere, gustare al tavolo a [L'argine a Vencò](#), la sua creatura. Una stella nel cuore del Collio, a pochi chilometri dal confine con la Slovenia, inaugurata nel 2014, a 35 anni.

Questa è la sua stanza, il terreno fertile per la sua creatività, il suo spazio di libertà per esprimere il proprio io, i propri valori, dove poter sperimentare, essere in connessione con sé stessa – e con la natura che la circonda – e poter quindi restituire un racconto autentico attraverso “Territorio: Vita in Movimento”, uno dei suoi due menu degustazione: una cartina tornasole che racconta chi è in quel momento. Ed è sempre nuovo.

Una Marietta, tante Mariette (di Linda Mambelli)

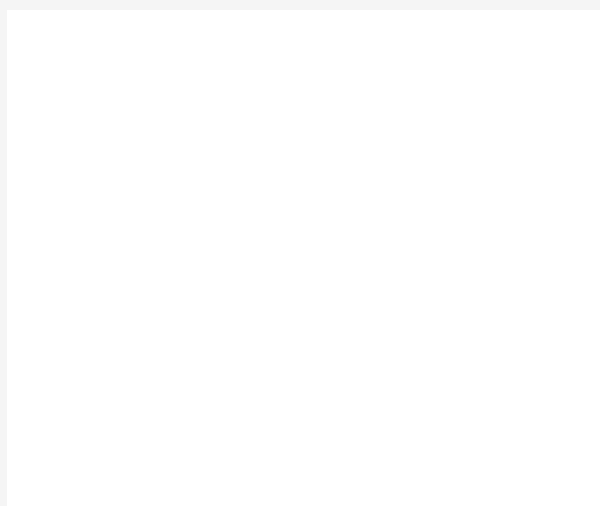
Pellegrino Artusi è riconosciuto come uno dei padri dell'arte culinaria italiana, ma se negli anni fiorentini ha potuto dedicarsi anima e corpo allo studio di pranzi e ricette è stato grazie a chi di lui si è preso cura, ovvero il cuoco Francesco Ruffilli e soprattutto la fidata governante Marietta Sabatini.

Artusi la ricorda con affetto alla ricetta 604 del suo “La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene”: «La Marietta è una brava cuoca e tanto buona ed onesta da meritare che io intitoli questo dolce col nome suo, avendolo imparato da lei».

Oggi “la Marietta” è ricordata a Forlimpopoli, paesino natale del gastronomo: durante l'annuale Festa Artusiana, giunta alla ventiseiesima edizione, vengono attribuiti ben due riconoscimenti intitolati alla governante: il “Premio Marietta”, con il quale si rende omaggio “a tutte le Mariette di oggi (senza distinzioni di sesso), cioè a tutti coloro che, nella cerchia privata della loro vita e dei loro affetti,

esercitano con amore e abilità la scienza in cucina e l'arte di mangiar bene”, è aperto ai cuochi dilettanti e viene assegnato alla miglior ricetta originale di un

primo piatto che contenga riferimenti alla cucina domestica regionale e alla filosofia e all'opera di Artusi, tanto negli ingredienti quanto nella tecnica di preparazione. Il "Premio Marietta ad Honorem" è invece dedicato a chi consacra tempo e talento alla scoperta, alla tutela, alla cultura delle risorse alimentari del territorio. Ma non è finita qui: sempre a Forlimpopoli ha base l'[Associazione delle Mariette](#). Istituita nel 2007 per onorare l'apporto di questa "ragazza" toscana alla realizzazione del famoso manuale, essa ha lo scopo di valorizzare la cucina di casa e la gastronomia popolare attraverso la ricerca, la comunicazione e la formazione, con una speciale attenzione riservata alla cucina emiliano-romagnola. Oggi conta oltre 150 associati e collabora alla realizzazione di corsi pratici dove le Mariette mettono i tanti anni di esperienza al servizio di chi desidera apprendere i segreti di sfoglia e piadina.



Cristina Bowerman, la "chef controcorrente" che ha avuto la forza di essere diversa (di Thea Papa)

Una laurea in giurisprudenza a Bari, una in Arti Culinarie a Austin, e nel mezzo dieci anni da graphic designer a San Francisco. [Cristina Bowerman](#) è oggi una grande chef e prima ancora una donna che ha trovato la forza di essere diversa, in un mondo in cui le donne volevano - o venivano educate - a essere come le altre. La carriera di Cristina è il risultato di una scelta professionale consapevole, che si discosta dal percorso di molte capacissime donne che "si sono ritrovate in cucina" per seguire l'avventura di un padre, un fratello o un marito. Cristina non è figlia, sorella o moglie d'arte, ma è partita da zero, certa di non essere troppo vecchia (a trent'anni) per capire qual era la sua strada, perché la passione non conosce ostacoli e perché ormai sapeva dove voleva andare, conscia di esserne capace e di meritarselo. Così non ha avuto alcuna esitazione quando nel 2006 ha servito da

[Glass Hostaria](#) un panino alla liquirizia con scaloppa di foie gras, chips di patate, finto ketchup di mango e maionese al passito, e lo ha fatto in un'epoca in cui non era di moda servire un "semplice" panino in un ristorante (in seguito premiato con la stella Michelin).

Cristina Bowerman si batte contro gli stereotipi, oggi con i suoi capelli rosa, qualche anno fa con un paio di pantaloni indossati per discutere la tesi, e non solo. Socia fondatrice dell'[Associazione Italiana Ambasciatori del Gusto](#), si impegna concretamente per il raggiungimento della sostenibilità alimentare e crede fortemente nella formazione; ma soprattutto vuole essere di esempio per le donne che scelgono di entrare nel settore della ristorazione in un ambiente ancora prevalentemente maschile, perché questa è una delle «Tante cose che le donne possono fare bene, non più degli uomini ma tanto quanto loro, perché le società più resistenti sono quelle inclusive».

Ildegarda di Bingen, la monaca dai mille veli (di Chiara Corona)

Ildegarda di Bingen era una monaca benedettina tedesca, nominata santa e dottoressa della chiesa. Oggi la si ricorda per essere stata anche scienziata, studiosa di quel nesso tra cibo e salute che ai giorni nostri, come in passato, è nuovamente mantra della nostra spesa quotidiana.

Il suo pensiero: ognuna delle creature della terra ha lo scopo di servire all'uomo per curarsi e, reciprocamente, per nutrirsi al meglio. Nella sua opera, ecco infatti consigliare tra gli animali il persico poiché mangia cibi puri, fatto che rende la sua carne ideale, appunto, per infermi e non. Parliamo quindi di cibo che nutre e che fa bene al fisico, ma, come pionieristicamente riconosce Ildegarda, anche allo stato d'animo. Aggiungete infatti un pizzico in più di noce moscata alla vostra lasagna perché questa «Apre il cuore e purifica i sensi». Infine, la cottura o il condire un alimento possono, secondo la monaca, migliorarne le caratteristiche, così da rendere una "fredda" lattuga più digeribile grazie al "calore" dell'aneto e dell'aceto. Dettami questi che risuonano tutt'oggi nel marketing di lingua francofona quale garanzia di qualità e salubrità della linea di prodotti che porta il nome di quella che era effettivamente molto più che una religiosa. Ildegarda di Bingen è infatti figura "multitasking" e quindi è, prima di tutto, donna. Negli anni '70 ha occupato uno dei 39 coperti della tavola triangolare "Dinner Party" di Judy Chicago dedicati alle donne che hanno fatto la storia e perciò a ragione di quanto detto, in questa giornata le conferiamo anche un meritato posto in quella della storia della

stromonia.

Le donne del pane in Sardegna (di Giulia Salis)

Il pane, in Sardegna, è un affare tutto al femminile. Lo è la sua preparazione, con i riti cadenzati di preghiere e gesti antichi. E lo è anche su framentu, il lievito madre, che, di solito, si tramanda come un bene prezioso, come un corredo da custodire con rispetto. Anche in questa storia troverete riti, gesti e, soprattutto, donne. Rosa, Peppina, Mellindra, Viviana e Simona: trisavola, bisnonna, nonna, mamma e figlia. Una storia di centinaia di anni che prende vita nel paesino di Orroli, piccolo borgo sardo incastonato tra laghi, grotte e cascate.

L'isola, un tempo granaio d'Italia, oggi è un susseguirsi di terre non coltivate: «Guardando a quei campi abbandonati del mio territorio ho immaginato un mondo migliore e ho messo anima e corpo per renderlo realtà, restituire alla terra la sua abbondanza, recuperare la coltivazione di uno dei suoi tesori, il grano Senatore Cappelli, che ha poca resa ma grande qualità». Queste le parole di [Viviana Sirigu](#), ex dipendente pubblica con idee visionarie e sogni pratici. Lei è la donna che ha unito i puntini di questo racconto familiare e intriso di territorio. Lei è la donna che ha dato vita a [Kentos](#), il pane dei centenari, prodotto nei forni di Orroli con il grano duro Senatore Cappelli in purezza, bio certificato, coltivato e trasformato in Sardegna e macinato a pietra a Nurri e Samugheo. Una filiera corta di 35 contadini che rappresentano la possibilità di un'autosufficienza produttiva e di uno sfruttamento della terra etico e sano. Sostenibile davvero, insomma. Un pane dove la sostenibilità si tocca anche sul lato umano e del lavoro: «I forni Kentos si spengono il sabato e si riaccendono il lunedì pomeriggio per consentire ai dipendenti il giusto riposo», spiega Viviana.

Oggi Viviana ha messo su un'azienda florida e dalla narrazione affascinante, tanto da essersi conquistata l'attenzione di diverse guide e studi internazionali. Ed è la prova tangibile di quanto la passione possa trovare un legame con l'imprenditoria. Di quanto i sogni, se cullati bene, possano diventare realtà.

