



COMUNE DI FERRARA
Città Patrimonio dell'Umanità



Fondazione Carife
Cassa di Risparmio di Ferrara

NELLA NOSTRA TAVOLA COSA C'È ?

ASSOCIAZIONE CULTURALE

HERMANOS LATINOS

TANIA DENISE TREDESINI-DIETISTA

ERIKA BRANDALESI-PSICOLOGA

Ricetta di ragù alla bolognese (DALLA CUCINA ITALIANA)

- **INGREDIENTI:**
- 300 gr di polpa di manzo tritata,
- 150 gr di pancetta
- Mezzo bicchiere di vino
- Mezzo bicchiere di brodo di carne
- 6 cucchiaini di salsa di pomodoro
- ½ cipolla



Ricetta di Tajine (DALLA CUCINA MAROCCHINA)

- **INGREDIENTI:**
- 1 pollo in parti
- 1 cipolla
- 2 carote
- 1 pomodoro
- 1 limone
- Una decina di olive



Ricetta di moqueca (DALLA CUCINA BRASILIANA)

- **INGREDIENTI.**
- 800 gr di pesce
- 1 peperone rosso
- 2 pomodori maturi
- 2 cipolle
- Prezzemolo
- Chiodi di garofano
- 2 spicchi di aglio
- 10 cl di latte di noce di cocco
- 1 bicchiere di olio di palma
- ½ bicchiere di succo di limone



Origini degli alimenti

- Il Pomodoro:

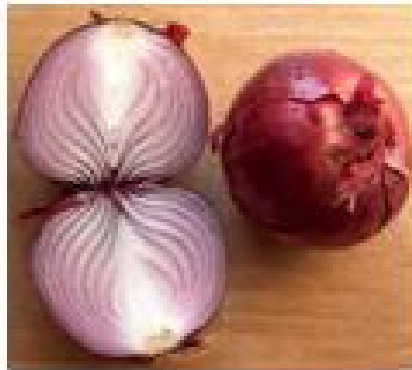


Insieme al mais, la patata, il peperoncino e la patata dolce venne introdotto in Spagna all' inizio del XVI secolo attraverso i viaggi di C.Colombo.

Il pomodoro è nativo del Centro e Sud America.

Veniva coltivato dagli aztechi in Messico.

Origini degli alimenti



La cipolla :

Fu introdotta in America da C.Colombo, in 1493 a Haiti.

Nella antica Grecia si credeva che le cipolle alleggerissero il sangue.

I gladiatori romani si strofinavano il corpo con cipolle per rassodare i muscoli.

Nel XVI secolo le cipolle erano prescritte come cura per l'infertilità.

Origini degli alimenti

Il Mais: di origine Americana- (Messico e Peru). Il mais era l'elemento base della cucina azteca.

C.Colombo lo portò in Spagna nel 1492, da dove si diffuse in tutta Europa, Africa Settentrionale, Medio Oriente, India e Cina.



Origini degli alimenti

Peppe:



La pianta è nativa dell' India. Era una merce pregiata, spesso chiamata l'oro nero ed usato come moneta di scambio.

Origini degli alimenti

- Il cacao : Di origine americana (Aztechi). Conosciuto come "il cibo degli dei". Per l' imperatore azteco, Montezuma, questa bevanda possedeva un carattere sacrale e solene ed era riservata ai guerrieri e all'elite.
- Il cacao è arrivato in Europa nel 1544.
- Oggi è coltivato in Africa, America ed in alcune zone dell'Asia.



Origini degli alimenti

- La zucca: l'origine della famiglia delle zucche è sconosciuta. Alcuni sostengono che proviene dal Messico, ma gli Egiziani e i Romani le mangiavano. Dopo la scoperta dell' America giunsero altri tipi di zucche.



Cosa c'è nella nostra tavola?

- Riguardo le ricette, cosa c'è di simile tra una e l'altra?
- La bontà, da cosa deriva? (mescolare gli ingredienti)
- Odori, colori e sapori: sono simili?
- La nostra tavola specchia la nostra cultura.

LE ABITUDINI ALIMENTARI

- **SEGNANO:**
 - Le identità collettive;
 - L' appartenenza religiosa;
 - La classe e ceto sociale.

Esempio: Proibizione al consumo di carne bovina o di carne suina.
Mangiare con il "hashi" al posto delle posate.



“Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei”- (Brillat-Savarin , gastronomo e filosofo francese)

- Il cibo parla di noi, delle nostre origini, di chi siamo.
- Il cibo c'è un codice che ci porta ricordi(sapori familiari), sensazione, ed è, insieme alla lingua, alla religione, ai costumi, un elemento di forte identità.
- I migranti e rifugiati usano il cibo per mantenere le proprie tradizioni, ma anche per riprodurle e spesso sono agenti di cambiamenti della società di accoglienza.



6/10/2010 www.fotosalach.it



Cibo-tradizione

Cibo-superstizione

- **Tradizione alimentare:** piatti che si mangia nelle feste di Natale, Pasqua, Matrimonio ecc.
- **Superstizione alimentare:** pensieri collettivi su certi cibi cibi "buoni" e "cattivi".
- **Simboli alimentari:** Il pomodoro – velenoso / afrodisiaco; l'ananas- simbolo di ospitalità; il cioccolato-simbolo di lusso e lussuria; la carne - simbolo di forza fisica e virilità.

INTEGRARE

- Sinonimi di INTEGRARE: rinforzare, aggiungere, perfezionare, completare, indottrinare, arricchire, inserire.
- Nelle ricette: "...aggiungere un po' di olio, sale q.b, mescolare bene fin che si ottiene un impasto..."
- Il pomodoro oggi giorno è totalmente integrato nella cucina italiana, sudamericana, francese, marocchina, tedesca, ecc., che non si ricorda nemmeno qual'è la sua origine.

INCROCIO / MESCOLOLANZA

- QUANDO SI MESCOLA GLI INGREDIENTI SI OTTIENE DELLE RICETTE SQUISITE!
- L' incrocio/ mescolanza delle culture cosa può fare?
- Si può : Imparare?Assimilare?Crescere?Arrichire?
- “Com açúcar e com afeto, fiz seu doce predileto...” - In nostra tavola c'è un altro ingrediente importante: Affetto! Amore!
- Quando ci si mette il sale/o/zucchero...si mette anche il cuore!

SCAMBIO CULTURALE TRAMITE IL CIBO

- Per assaporare un cibo turco non devo conoscere l'altra lingua e nemmeno è necessario avere origine italiana per apprezzare una pizza margherita.
- Lo scambio tra le culture si può fare attraverso l'alimentazione ed esso può favorire l'integrazione.

Nella nostra tavola cosa c'è?
Cosa c'era? Cosa ci sarà?

