

Unità 6: Aspetti religioso-antropologici legati al cibo e promozione del «made in Italy»



ALIMENTAZIONE E RELIGIONE

Lezione

01

Unità 6: Aspetti religioso-antropologici legati al cibo e promozione del «made in Italy»



In ogni parte del mondo esistono diverse culture e abitudini alimentari legate alla religione. È importante, quindi, apprezzare le diversità e comprendere la ricchezza di ogni cultura, in modo da tollerare le diverse tradizioni.

Consuetudini alimentari nelle grandi religioni

- In tutte le **religioni** il **cibo** non è solo un elemento naturale e materiale ma è considerato un **dono di Dio o degli Dei**.
- I **divieti alimentari** e le **regole per consumare** certi prodotti o uccidere gli animali nascono da una prospettiva di purificazione e di redenzione con il divino.



Induismo

- Gli **induisti** ritengono sacra ogni forma di vita animale e sono quindi rigorosamente **vegetariani**.
- La **mucca** è considerata sacra.
- L'alcol è proibito ai sacerdoti e ammesso con moderazione per le altre persone.



L'induismo è una delle principali religioni del mondo e conta circa **1 miliardo di fedeli**, concentrati soprattutto in India.

Induismo

- Prima di mangiare ci si fa il bagno e ci si cambia.
- Durante le viglie di numerose ricorrenze sacre è previsto il digiuno.

Gli alimenti sono:

- **sattvici** (nutrono corpo e purificano mente);
- **rajasici** (nutrono il corpo ma non la mente);
- **tamasici** (causano perdita di energia vitale).



Buddismo

- Secondo la **regola del Buddha** essere **vegetariani** è indispensabile per raggiungere saggezza e compassione.
- Tuttavia dopo la sua morte i discepoli ammorbidirono questa posizione e i buddisti di oggi non hanno limitazioni particolari.



Il buddismo è praticato da circa **350-550 milioni di persone**, concentrate soprattutto nel sud-est asiatico.

Buddismo

- Solo i **monaci Zen** hanno mantenuto un regime alimentare **vegetariano**.
- La carne viene ammessa in particolari condizioni.
- Sono vietati anche i formaggi stagionati, alcuni vegetali e legumi.
- Il digiuno deve essere fatto con moderazione.
- È vietato l'uso di alcolici e di droghe stupefacenti.



Ebraismo

- Nell'**Ebraismo** c'è la **più corposa legislazione alimentare** di tutte le religioni.
- Le regole alimentari, espressamente citate nella **Torah** (ovvero nella “Legge”), sono rispettate da ciascun credente e si intersecano con la stessa religiosità.



L'ebraismo è una religione seguita da circa **14 milioni di fedeli**, che si trovano per lo più in Israele e nelle comunità ebraiche sparse in tutto il mondo.

Ebraismo

- La **Torah** costituisce il documento primario dell'ebraismo ed è la fonte dei **613 precetti**.
- La **kashrut** (o **kasherut**), che significa **adeguatezza**, riporta una serie di regole e riti alimentari che gli ebrei usano per indicare il cibo che possono mangiare.
- Il pane è azzimo (non lievitato).



Consuetudini alimentari nelle grandi religioni

- Un cibo **kosher** o **kashèr** secondo la tradizione significa valido, adatto, buono, preparato nel rispetto delle norme alimentari ebraiche.
- Sono considerati cibi impuri e vietati sono detti **tarèf**, come la carne di maiale o di animali che non abbiano lo zoccolo tagliato, la selvaggina, i crostacei e i molluschi.



Ebraismo

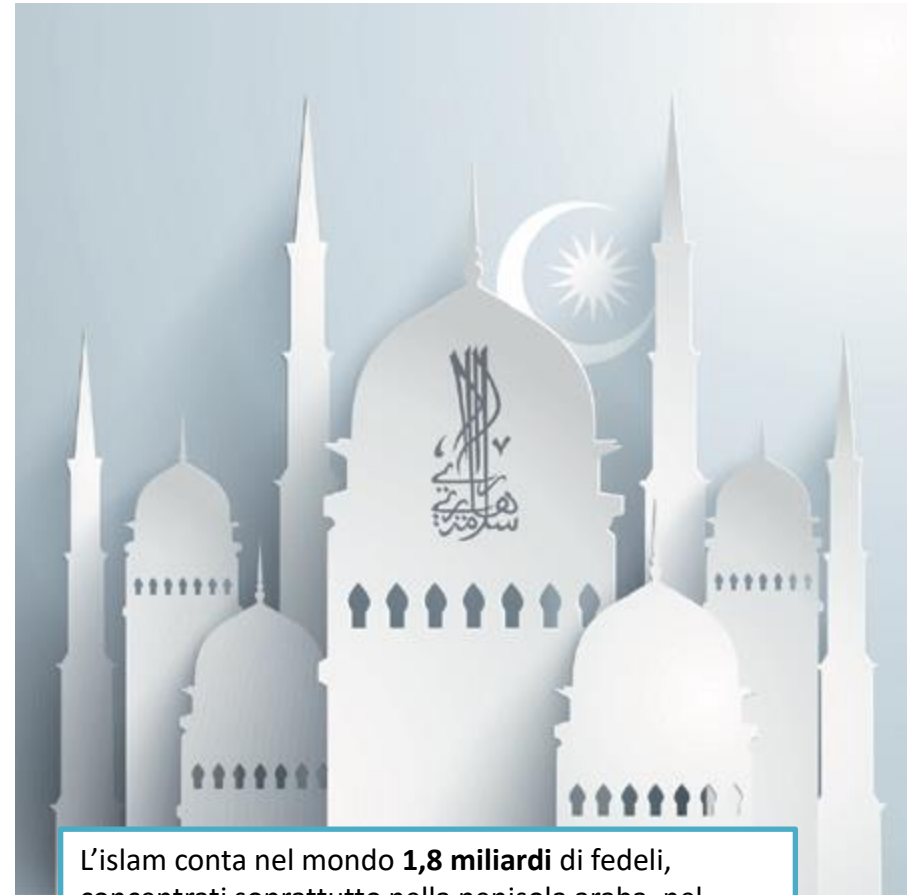
- È vietato cuocere insieme carne e latticini o consumarli nello stesso pasto.
- Sono invece permessi tutti i vegetali, il pesce e i volatili come pollo, tacchino ed oca.
- La carne animale può essere consumata solo se prima viene sottoposta alla macellazione rituale.



Certificazione di cibi *kosher*.

Islamismo

- Essere **musulmano** significa concretizzare nella vita quotidiana gli insegnamenti del **Corano** e del profeta **Maometto**. L'insegnamento religioso dell'Islam si può sintetizzare in cinque pilastri:
 - 1) monoteismo;
 - 2) la preghiera quotidiana (cinque volte al giorno);



L'islam conta nel mondo **1,8 miliardi** di fedeli, concentrati soprattutto nella penisola araba, nel medio oriente e nell'Africa del nord.

Islamismo

- 3) la visita, almeno una volta nella vita, dei luoghi santi;
- 4) il mese del digiuno, **Ramadan**;
- 5) l'elemosina o la decima.
- Il **pane arabo** o *pita* è un tipo di pane piatto ma che, al contrario dell'azzimo, ha subito la lievitazione.



Islamismo

Ai musulmani è vietato:

- mangiare sangue animale;
- mangiare carne di maiale; di animale trovato senza vita, ma anche granchi o animali anfibi come le rane;
- bere alcolici o utilizzare nelle preparazioni bevande fermentate.



Consuetudini alimentari nelle grandi religioni

- **Non vi sono divieti** riguardo l'abbinamento dei cibi o al consumo di legumi e cereali.
- Durante il mese del **Ramadan** da due ore prima dell'alba a due ore dopo il tramonto è previsto il digiuno, ad eccezione dei bambini.
- Gli **Sciiti** ed i **Sufi** considerano la dieta vegetariana.



Islamismo

Il complesso delle **proibizioni** e delle **permissioni** in campo alimentare si gioca sulla separazione tra:

- **cibo puro** = pulito, salubre detto «**Halal**»;
- **cibo illecito** = sporco, dannoso detto «**Haram**».
- **Altre definizioni:** «**mushbub**» cibi dubbi, il cui consumo è affidato alla coscienza individuale, oppure «**makruh**», non graditi (es. carne di cavallo).



Certificazione di cibi *halal*.

Cristianesimo

- Per i **cristiani** non ci **particolari limitazioni** nei riguardi dell'alimentazione.
- L'unico limite è per la carne in generale e gli insaccati nei venerdì di Quaresima, il mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo.
- In questi ultimi due giorni, è previsto anche il digiuno.



Il cristianesimo è la più grande religione al mondo con circa **2,5 miliardi di fedeli** (1 miliardo di cattolici, 500 milioni di protestanti, 470 milioni di evangelici pentecostali, 240 milioni di ortodossi, altre professioni di fede la parte rimanente).

Cristianesimo

- Nella tradizione **cristiano-cattolica**, con il **Concilio Vaticano II**, tenendo conto dei mutati contesti socio-culturali si sono riviste le pratiche del digiuno e dell'astinenza.
- I fedeli tuttavia sono chiamati a moderare il cibo e tutto ciò che puo' essere di ostacolo alla meditazione e preghiera.

“Non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa contaminarlo; sono invece le cose che escono dall'uomo a contaminarlo”.

Mc 7,1-23

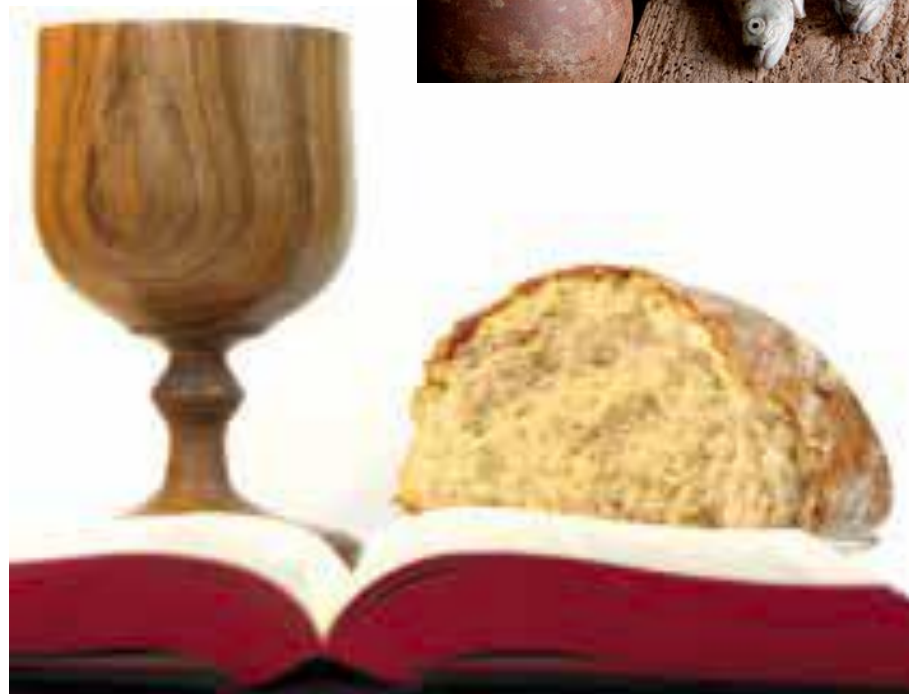


Cristianesimo

- Nei **Vangeli** il rapporto con il cibo viene ricordato nelle nozze di Cana (la presenza del vino); digiuno nel deserto; ultima cena.

Gli **alimenti simbolici** sono:

- l'**uovo** (uovo di Pasqua);
- il **pane**;
- il **vino**;
- l'**agnello**;
- l'**olio d'oliva**.



Pane e vino sono i simboli dell'Eucarestia.

REGOLE ALIMENTARI NELLA TRADIZIONE CRISTIANO-ORTODOSSA

PERIODI DI DIGIUNO	 CARNE (bovina, suina, pollame, uova)	 LATTICINI (latte, formaggio, yogurt, burro)	 PESCE (compresi molluschi e crostacei)	 BEVANDE ALCOLICHE (vino, birra)	 OLIO (d'oliva e vegetale)
Natale ortodosso (7 gennaio – 40 gg prima dal 27 novembre)	vietata	vietati	permesso la domenica fino al 20 dicembre	permesse il martedì e il giovedì fino al 20 dicembre	permesso il martedì e il giovedì fino al 20 dicembre
Grande Quaresima e Settimana Santa	vietata	vietati	permesso nella festa dell'Annunciazione e nella domenica delle Palme	permesse nella festa dell'Annunciazione e il Giovedì Santo	permesso nella festa dell'Annunciazione e il Giovedì Santo
Digiuno degli Apostoli (dalla domenica di Tutti i Santi al 28 giugno)	vietata	vietati	permesso sabato e domenica	permesse sabato e domenica	permesso sabato e domenica
Digiuno della Dormizione (dall'1 al 15 agosto)	vietata	vietati	permesso nella festa della Trasfigurazione (6 agosto)	permesse nella festa della Trasfigurazione	permesso nella festa della Trasfigurazione
Digiuno settimanale (mercoledì e venerdì)	vietata	vietati	vietato	vietate	vietato

PRODOTTI DI RICORRENZA LEGATI ALLA TRADIZIONE CRISTIANA

Panettone



Panettone, in lombardo *panaton*, è un tipico dolce milanese, associato alle tradizioni gastronomiche del Natale ed ampiamente diffuso in tutta Italia e anche nel mondo. La leggenda lo fa risalire all'epoca della signoria degli Sforza (1495) a causa di una inconfessabile disattenzione del cuoco di corte. Per rimediare pare sia stato un certo Toni, aiutante del cuoco, a condire un nuovo impasto con canditi, uvetta, ecc. che diede vita al "Pan de Toni", da cui il termine panettone. In realtà, la ricetta del panettone risalirebbe al Medioevo.

Pandoro



Il **pandoro** è un tipico dolce veronese del periodo natalizio. Il pandoro nasce come evoluzione del *Nadalin*, un dolce veronese natalizio del Duecento. Altri sostengono che deriva dal "Pan de Oro" del Cinquecento, un dolce veneziano servito sulle tavole dei dogi. Probabilmente il nome pandoro deriva semplicemente dal colore giallo dorato dell'impasto, dovuto all'utilizzo di una grande quantità di uova.

Colomba



Con il termine **colomba pasquale** si indicano diversi dolci pasquali tipici dell'Italia. Vi sono due principali dolci cui fa riferimento la dizione "colomba pasquale": uno è la **colomba pasquale** inventata in Lombardia negli anni Trenta del 1900 dalla Motta e poi diventata quella commercialmente più diffusa in tutta Italia; l'altro, di più antica tradizione, è la colomba pasquale diffusa in Sicilia e chiamata anche i *palummeddi* o *pastifuorti*.

Uovo di Pasqua



L'**uovo di Pasqua** è un dolce della tradizione pasquale, divenuto nel tempo uno dei simboli della stessa festività della Pasqua cristiana. Nel cristianesimo, come detto, l'uovo simboleggia la risurrezione di Gesù dal sepolcro. La tradizione del classico **uovo di cioccolato** è recente, ma il dono di **uova vere**, decorate con qualsiasi tipo di disegni o dediche, è correlato alla festa pasquale sin dal Medioevo.



L'Italia è un paese ricco di storia e tradizioni, visibili non solo nei monumenti spettacolari e nel patrimonio artistico e culturale che conserva e mostra con orgoglio al resto del mondo: le **sagre**, le **fiere** e i **festival enogastronomici** sono esempi di rievocazione storica e conservazione delle tradizioni vive del territorio.

Per il cattolicesimo il **santo patrono** è il santo che si festeggia nella città in cui si vive. Ogni città o paesino ne ha uno e per l'occasione si fanno fiere e manifestazioni sia di tipo culturale che enogastronomico. La maggioranza delle Chiese protestanti non ammette il culto dei santi in quanto, secondo la loro dottrina, tale pratica sconfinerebbe nel politeismo.