



Peter Heine
Delizie d'oriente
 Sellerio, 236 pp., 16 euro

Oh voi che credete! Mangiate delle cose buone che la Provvidenza Nostra v'ha dato, e ringraziate Iddio, se solo lui adorate!" (*Corano, versetto 172, sura II*). Un invito ben preciso, quello dell'islam, che a differenza di altre religioni – non del cristianesimo – non considera mangiare e bere solo una necessità vitale, ma anche e soprattutto una prova della perfezione del creato, un invito a godere e a rallegrarsi del cibo e delle bevande, ma senza eccedere, perché Dio "non ama gli stravaganti". Lo ricorda anche Peter Heine in questo libro, un vero e proprio excursus gastronomico in oltre cinquanta ricette tra i profumi e i sapori tipici di quella società. Che si tratti di poesia araba preislamica, del Corano o delle tradizioni dei profeti, il mangiare e il bere – in famiglia o con gli amici – l'ospitalità, i rituali e i festeggiamenti sono da sempre temi centrali delle letterature d'oriente tanto che molte raccolte di detti arabi, persiani e turchi sono pieni di riferimenti culinari. Fu lo svizzero Adam Mez – ricorda Heine, fondatore e direttore del Centro di studi orientali moderni di Berlino – a interessarsi per primo alle questioni legate al cibo e alle bevande nelle società islamiche, ma la sua ricerca portò a pochi risultati e si dovettero aspettare gli anni 50 (con Maxime Rodinson) e i 60 (con Claudia Roden) per vedere pubblicate le prime raccolte di ricette impreziosite da divagazioni storico-culturali. Nel libro pubblicato da Sellerio e tradotto da Marina Pugliano e Valentina Tortelli, invece, troverete quel

qualcosa in più che mancava nel vasto e affascinante panorama della gastronomia islamica, tra aneddoti, curiosità e fatti storici che si intrecciano con regole precise per nutrirsi come per digiunare. "Prima di ogni pasto bisogna lavarsi le mani e prima di cominciare a mangiare bisogna invocare il nome di Dio"; "è necessario mangiare solo con la mano destra" e riguardo al digiuno, "ci sono giorni e periodi durante i quali bisogna astenersi totalmente dal consumare cibi e bevande, altri in cui è permesso digiunare e altri ancora in cui digiunare è proibito", ad esempio durante la Festa del Sacrificio (che ricorda il gesto di Abramo chiamato da Dio a sacrificare suo figlio Ismaele) e in quella per la fine del Ramadan, il mese del digiuno (Iftar), che coinvolge l'intera società. A tavola, se la carne viene preparata solo in occasioni speciali, non può mancare la salsa speziata sinab, mentre il miele è il dolcificante che piace di più. Tra i cibi più popolari l'hummus e i falafel, ma il più amato è il dolma, involtini di foglie di vite con farciture diverse a base di carne o riso che non hanno niente a che vedere col tharid, la zuppa preferita dal Profeta. Quello "splendido giardino" che è il Paradiso – "pieno di vergini dagli occhi bruni e giovani bellissimi" – è solo per pochi e per accedervi bisogna scegliere il cibo giusto. Tutto inizia da lì, sostengono in oriente, ma attenzione: "Chi fa affidamento sul sugo dell'arrosto del vicino, andrà a letto senza cena". (*Giuseppe Fantasia*)

