marieclaire

Mensile

Slow Food

Data 10-2022
Pagina 164/69
Foglio 1 / 6



093077

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

marieclaire
Mensile
Slow Food
Data 10-2022
Pagina 164/69
Foglio 2 / 6

BENE

QUANDO IL CIBO HA UN GUSTO BUONO E GIUSTO, LA TAVOLA DIVENTA UN PATRIMONIO DI TUTTI

Testo di Valeria BALOCCO

Foto di Sara SCANDEREBECH

SARA SCANDEREBECH, FESTEN

093077

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

marieclaire

Mensile

Slow Food

Data 10-2022
Pagina 164/69
Foglio 3 / 6



093077

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

marieclaire
Mensile
Slow Food
Data 10-2022
Pagina 164/69
Foglio 4 / 6



Che buono! Quante volte a tavola abbiamo pronunciato queste parole. Poi abbiamo fatto i complimenti allo chef, e spesso condiviso sui social piatto e ricetta. Poche volte ci siamo soffermati sulla qualità degli ingredienti, quasi mai sul lavoro che è servito per cucinare la "materia prima". Eppure, Slow Food, il movimento creato da Carlo Petrini nel 1989, ne ha fatto il suo mantra: cibo buono, pulito e giusto. E accessibile a tutti. Un visionario rivoluzionario 30 anni fa il Carlin - come lo chiamano gli amici - un visionario lungimirante oggi, visto che a luglio ha passato il testimone della presidenza a Edward Mukiibi, ugandese di 36 anni, e a Barbara Nappini che, dall'anno scorso, ricopre la carica di presidente Slow Food Italia, la prima donna in un movimento che, diffuso in 160 Paesi (dai 18, quando è nato) nel nostro conta ancora il 62% di soci uomini.

LE RETI DELLE DONNE Dunque, una voce africana e una femminile. Minoranze qualificate. Abbiamo chiesto a loro che hanno preso in mano un testimone scomodo, cosa sia oggi questo cibo buono, loro che col cibo hanno un legame molto personale. Ci siamo incontrati in una calda mattina di fine luglio, Edward era in Uganda, Barbara in Toscana e io a Milano. Potere della rete!

«È buono se è sostenibile ed equo per tutti, se nessuno viene sfruttato» spiega con forza la Nappini, riprendendo concetti non nuovi a Slow Food. Ma lei di questo ne ha fatto una scelta di vita: 13 anni fa ha mollato una carriera avviata nel mondo dell'alta moda a Firenze - «una vita comoda e glamorous» - per un casale in campagna. «Era il 2008, ho preso figli - Filippo e Cosimo, oggi 21 e 19 anni - compagno e genitori e sono andata, con zero esperienza, a creare un'azienda agricola biologica». Un po' visionaria lo è stata anche lei visto che ha recuperato un uliveto abbandonato, coltivato grani antichi e ripreso i tempi umani della cultura contadina. «Ho sostituito la pausa pranzo con il tempo del pasto» racconta quasi ancora incredula.

Si è appassionata alla permacultura, ha avviato corsi di panificazione, insegnato orti scolastici e la sua cascina è diventata un punto di riferimento per molti agricoltori della zona. Poi l'incontro con Slow Food. «La mia prima tessera è del 2012 a *Terra Madre* (la manifestazione biennale ideata da Petrini per raggruppare i piccoli produttori di tutto il mondo: quest'anno a Torino dal 22 al 26/9 con tema *RigenrAction*). Ho visto la produzione locale protagonista: gli allevatori lapponi di renne e i coltivatori afgani di cereali. Sono stata folgorata dalle donne, dal loro sguardo diverso, forse marginale ma empatico. Come quello delle mogli dei pescatori di Papua Nuova Guinea che cuciono le reti, un lavoro indispensabile per gli uomini», ricorda la Nappini, che le aveva incontrate a Chengdu, in Cina, nel 2017 durante il 7° Congresso internazionale di Slow Food. «Lì ho scoperto una narrazione nascosta, quella dei saperi antichi ancestrali che non si contrappongono al progresso e alla tecnologia ma che mettono al centro l'uomo».

PROVIAMOCI INSIEME Quei saperi ancestrali che Edward Mukiibi ha imparato da nonni e genitori che avevano una piccola fattoria a Kisoga, nel distretto di Mukono vicino a Kampala - capitale dell'Uganda - dove Edward è nato nel 1986, l'anno in cui Petrini creava Arcigola, prodromo di Slow Food. Potere delle coincidenze! «Il cibo buono è quello coltivato dalla gente del posto, riconosciuto dalle comunità e preparato secondo tradizioni locali» racconta lui, laureato in agronomia con un master a Pollenzo dove c'è l'Università di

«Ho sostituito la pausa pranzo con il tempo per il pasto»

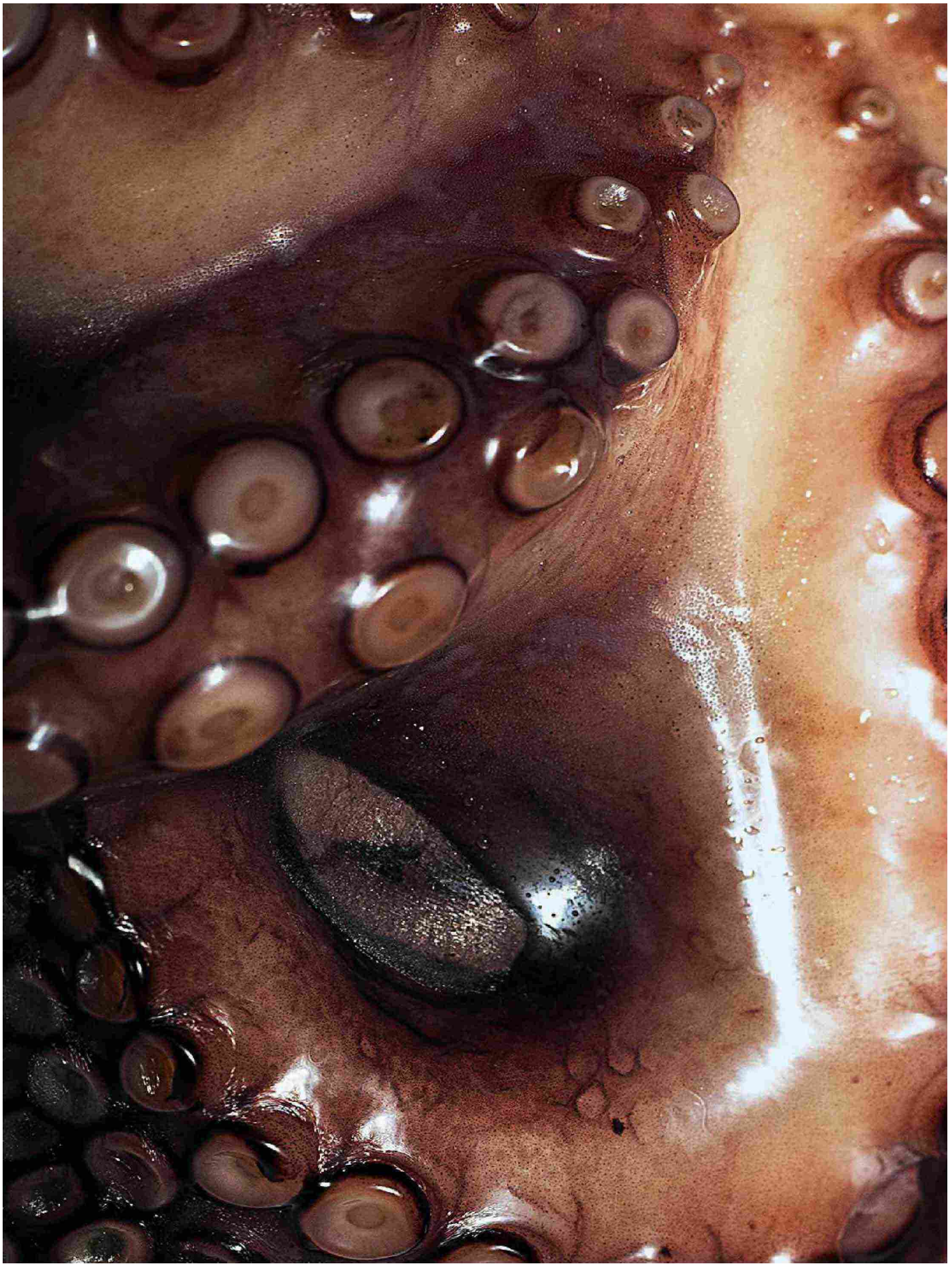
SAPORI DELLA TERRA

Nella prima pagina, dei lupini e a sinistra verdure sottolio. Qui un piatto di udon giapponesi per il take away e nell'ultima pagina un polpo. Le ricette tradizionali raccontano di prodotti e cucine che hanno un forte legame col territorio, quelli che Slow Food, l'associazione creata da Carlo Petrini nel 1986 e oggi presente in 160 Paesi con i suoi Presidi, vuole salvare dall'estinzione e tramandare. Per il bene di tutti.

093077

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Terra Madre



093077

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



Scienze Gastronomiche di Slow Food, lui che ha portato avanti in Africa, (sì, nell'intero continente) il progetto *Slow Food Gardens*: 3544 orti in 8 nazioni, dal Benin all'Uganda, dal Kenya alla Tanzania, e poi Rwanda, Malawi, Etiopia e Zambia. «Con il network dell'associazione solo in Uganda abbiamo creato 334 tra community gardens - insieme si coltiva, insieme si raccoglie - e school gardens, orti nelle scuole. Per sostenere agricoltori locali, creare la rete, preservare la biodiversità: in alcuni posti siamo riusciti anche a organizzare banche del seme e usare concimi locali, dando valore ai contadini e al lavoro della terra». Rinobilitarlo, quasi sacralizzarlo, soprattutto tra i ragazzi, lui che da bambino aveva sperimentato a scuola l'attività agricola come strumento di punizione per chi arrivava in ritardo o parlava lingue locali diverse dall'inglese. Pluripremiato per i suoi progetti, Mukiibi è stato anche incluso tra gli Educatori *The 50 Next Awards* di *Forbes*, 50 giovani che stanno plasmando il futuro della gastronomia.

PASSAGGIO DI CONSEGNE L'eredità di Petrini pesa sulle loro scelte, come pure sulle loro tavole. «Non mangio carne, punto sui legumi: per la mia salute e per l'ambiente. Tanta verdura del mio orto, mai senza olio buono. E compro solo ai mercati locali della terra, come a quello di Montevarchi, il primo coperto fisso».

Già, ma come la mettiamo coi costi, con l'accesso democratico al cibo? «È una questione di narrativa corretta: un tempo spendevamo per mangiare il 60-70% del nostro reddito, oggi i parametri sono invertiti. Il cibo era un valore, quale può essere ora se il 60% di quello che paghiamo nei fast food è il costo della comunicazione? Che dire se compriamo un chilo di pomodori a 0,99 € o 1 litro di olio extravergine d'oliva biologico a meno di 10 € al litro? Non sono prezzi giusti, perché non comprendono il lavoro dei coltivatori, ed è indubbio che il cibo ha a che fare coi diritti umani. Dobbiamo cambiare, primo basta sprechi: un dato per tutti, secondo la Fao buttiamo 1/3 del cibo prodotto. Poi, iniziamo a pensare che anche piccoli gesti fanno la differenza. Ad esempio, se evitassimo di comprare al supermercato il prezzemolo nei contenitori di plastica e lo coltivassimo in un vasetto sul nostro davanzale... Se spiegassimo la fatica della raccolta dei pomodori ai nostri bambini... Se pagassimo il giusto…».

LE PICCOLE COSE «Non c'è bisogno che lo spieghi ai miei figli, lo vedono dal frigorifero. Lo sentono da quello che mangiano: il loro palato non è industriale». Come dire, il fast food non ha attecchito alla tavola della Nappini e certo neppure a quella di Mukiibi che di figli ne ha 4, rispettivamente di 11, 8, 5 e 1 anno. «Le verdure non mancano mai, sono figlio di contadini» aggiunge il presidente. «Poi in Uganda mangiamo banane e tante zucche, queste almeno tre volte alla settimana: sono il nostro pane quotidiano. E tanto pesce. Compro solo ai mercati locali, la cui periodicità qui dipende da quando i contadini riescono a portare il loro raccolto in paese, cibo del posto che non è prodotto dallo sfruttamento». E come ha imparato a prendersi cura della terra dai genitori, così la insegna ai figli. Un passaggio generazionale che funziona anche in cucina: «Sono un bravo cuoco».

FACCIAMO LOBBY Dal micro al macro. Perché se è vero che i semi per dare buoni frutti devono essere coltivati bene, con prodotti e strumenti che non compromettano la terra e garantiscano equità, è anche vero che per sfamare l'umanità di frutti ne servono tanti.

«Non bastano le piccole azioni, non basta supportare le comunità locali, bisogna fare advocacy al Parlamento Europeo e fare entrare i temi nell'agenda politica dei governi» aggiunge con sano realismo la Nappini. Due esempi che sono già stati calendarizzati all'Ue: *End the Cage Age* per vietare l'allevamento in gabbia entro il 2027, e *Save bees and farmers* per l'eliminazione dei pesticidi sintetici entro il 2035.

Sta lavorando a stretto contatto con i governi anche Mukiibi. «In Uganda abbiamo organizzato il Parlamento del cibo per parlare coi politici di biodiversità, proprietà della terra, cambiamenti climatici, nutrizione, accesso ai semi e all'acqua. Perché in Africa non c'è solo il problema della fame, ma anche della siccità. Delle guerre e dei profughi: solo in Uganda negli ultimi mesi sono arrivate oltre 100mila persone dal Congo». Dunque, un viaggio lungo quello che Mukiibi si trova ad affrontare, ma non si lascia spaventare, non è più solo: lo guida la spirito di Terra Madre. E la rete di Slow Food. **mc**

UNA STAGIONE PER CRESCERE

Barbara Nappini, 48 anni, vive in una cascina nella campagna di Valdambra, tra Arezzo e Siena. Da luglio 2021 è Presidente del Consiglio direttivo di Slow Food Italia. Edward Mukiibi, ugandese, 36 anni, laurea in agronomia e master a Pollenzo, è presidente di Slow Food Mondo da fine luglio.





093077

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Terra Madre