



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

FACOLTÀ DI AGRARIA

Interfacoltà di Agraria, Economia, Lettere e Filosofia

TESI DI LAUREA IN

SCIENZE E CULTURA DELLA GATRONOMIA E DELLA RISTORAZIONE

I modelli alimentari tra identità e integrazione:
Studio delle principali comunità di migranti in Veneto

Relatore:

Egr. Prof. Danilo Gasparini

Laureando :

Castelli Flavia

Matricola n. 577453

ANNO ACCADEMICO 2011-2012

Indice

Indice	3
Riassunto	5
Abstract	5
Introduzione	7
1. I processi di acculturazione nei modelli alimentari	11
2. Stranieri in Veneto	13
3. La comunità marocchina	17
3.1 Intervista alla comunità marocchina.....	17
3.2 Il modello alimentare marocchino.....	18
3.3 L'integrazione dei modelli alimentari marocchini nel nostro Paese.	20
3.4 Religione a tavola.....	21
3.5 Carne Halal	22
3.6 Digiuno.....	25
3.7 Le festività religiose.	27
3.8 Alcool.....	28
4. L'intervista alla comunità cinese	31
4.1 Un modello fondante.....	32
4.2 il ricco patrimonio alimentare.....	32
4.3 Le carni.....	35
4.4 I cinesi mangiano anche cibo italiano?.....	36
4.5 Gli stili regionali della cucina.....	37
4.6 I ristoranti cinesi in Italia.....	39
4.7 Le festività.....	39
4.8 La Cucina medicinale.....	41
5. La Comunità Bangladese	43
5.1 "Quando si ha fame si mangia tutto".....	43
5.2 modello alimentare bangladese.....	44
5.3 Il mese di Ramadan e le festività	46
5.4 I divieti religiosi.....	47
6. Conclusioni	49
Bibliografia, leggi, tesi e ricerche	51
Sitografia	53
Ringraziamenti	55

Riassunto

il cibo è un aspetto utile per identificare una cultura di un popolo. Quando le persone migrano portano con loro anche la cultura alimentare. Con questa tesi tratteremo i seguenti argomenti:

- il processo di acculturazione;
- le principali comunità extraeuropee in Veneto;
- I modelli alimentari delle comunità marocchina, cinese e bangladese.
- L'importanza per queste comunità di mantenere le loro identità alimentare.
- L'importanza per queste comunità di conoscere il modello alimentare italiano.
- valutazione dei diversi gradi di acculturazione dei modelli alimentari nelle comunità prese in esame.

Abstract

Food is a useful aspect to identify a culture of a people. When people migrate, they bring with them the food culture aswell. This view is going to show the following topics:

- Acculturation process;
- The meaning of non-European communities in Veneto;
- The eating patterns of the Maroccan, Chinese and Bangladeshi communities;
- The relevance for these communities to keep their identities food;
- The relevance for these communities know the Italian eating pattern;
- Evaluation of the different acculturation levels of eating patterns in the communities studied.

Introduzione

L'uomo nel linguaggio scientifico è definito come onnivoro, ovvero può consumare sia derrate di origine vegetale sia animale. In teoria può mangiare e digerire di tutto ma in pratica, ha imparato nel corso della storia a prediligere alcuni alimenti e rifiutarne altri. Queste scelte non sono state dettate solo da motivi nutrizionali ed economici ma anche da fattori geografici, ambientali e simbolici.

Ogni gruppo etnico ha costruito, nel corso della storia, la sua cultura anche attraverso i propri modelli alimentari, e anche oggi, in un mondo bisognoso d'identità, in cui non ci sono più confini, non esistono più distanze geografiche, il cibo rimane una forte chiave per identificare gli altri, proprio come scriveva Jean Anthelme Brillat-Savarin, nel 1826, in *Fisiologia del gusto*: “dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei”. Scrive a questo proposito Andrea Perin:

*“Se partiamo dall’ambito generico delle frasi quotidiane, è facile verificare come “gli altri” vengano spesso definiti dal cibo che mangiano. All’estero gli italiani sono definiti “spaghetti” o “maccheroni”, epiteti che in ambito nazionale vengono riferiti ai soli meridionali, mentre quelli del nord sono “polentoni”[...] a Tunisi gli abitanti di Gades sono definiti “mangiacani”; i tedeschi sono detti “crauti” e gli inglesi chiamano i francesi “magiarane”.*¹

Solitamente, nelle comunità tradizionali, i propri modelli alimentari sono considerati quelli più adeguati, di contro, il cibo delle altre società è spesso ritenuto disgustoso e poco sano. Come sostiene M. Harris:

*“si può nutrire il fondato sospetto che ci sia qualcosa, al di là della pura e semplice fisiologia della digestione, a influire sulla definizione di ciò che è buono da mangiare. Questo qualcosa sono le tradizioni gastronomiche di un popolo, la sua cultura alimentare”*².

Anche nelle religioni gli individui hanno sentito la necessità di regolare le proprie abitudini alimentari. Basti pensare ai musulmani e gli ebrei che aborriscono la carne di maiale, e agli indù esecrano la carne di manzo.

¹ A. Perin, *Ricette scorrette. Racconti e piatti di cucina meticciosa*, Milano, 2009, p.8

² M. Harris. *Buono da mangiare. Enigmi del gusto e consuetudini alimentari*, Torino, 2008, p. 4

Pertanto, il cibo costituisce un mezzo di identità e di scambio culturale: è il modo più semplice per entrare nelle tradizioni di un altro popolo, o almeno il mezzo più facile di impararne la lingua. Non bisogna conoscere l'arabo per comprendere un piatto turco, come non è necessario avere origini italiane per apprezzare la cucina mediterranea.

I fenomeni migratori permettono a gruppi etnici differenti tra loro di incontrarsi e confrontarsi riuscendo in questo modo a contaminare e modificare le loro identità.

Inizialmente quando le persone migrano in un altro paese, sorge in loro la voglia di rimanere ancorati alle proprie tradizioni, soprattutto se è stata una scelta forzata o se la permanenza è prolungata nel tempo.

Non è facile per nessuno abbandonare le proprie radici, i propri affetti, il ruolo sociale acquisito, per questo migrare significa andare incontro a un processo traumatico dovuto alla privazione di tutto ciò che fino al momento della partenza era considerato come la propria cultura. Questo fenomeno, se percepito intensamente, può essere definito *shock culturale*, evento intrinseco alla migrazione, che crea un sentimento di spaesamento, difficoltà nell'individuo di adattarsi al nuovo contesto sociale. Tra le componenti che creano difficoltà di adattamento una posizione fondamentale è occupata dalle differenze dei regimi alimentari. Un elemento di disagio può essere per esempio la difficoltà di reperire gli ingredienti per cucinare i piatti tipici della propria cultura.

“La separazione dalla propria realtà”, scrive Riccardo Pravettoni: *“per aderire ad un nuovo contesto culturale implica sofferenza e un periodo di adattamento ha solitamente una durata temporale proporzionale alla distanza tra realtà coinvolte: maggiore distanza culturale presume tempi di adattamenti più lunghi, e, contemporaneamente un disagio interiore maggiore”*³.

Ma è inevitabile come recita uno degli assiomi fondanti della teoria generale dei sistemi, ⁴“ogni elemento di un sistema influenza ed è influenzato da ogni altro elemento del sistema”. Riprendendo questa affermazione è evidente che tanto più intenso sarà il confronto e lo scambio con la cultura dominante (o con quelle minoritarie) tanto più significativi saranno i cambiamenti⁵.

³ R. Pravettoni, *Il cibo come elemento di identità culturale nel processo migratorio*, 2009, p. 20.

<http://www.ricercageografica.blogspot.com>

⁴ L. von Bertalanffy, *General System Theory. Development, Applications*, George Braziller, New York, 1968, trad. it. *Teoria Generale dei Sistemi*, 2004, p. 58

⁵ Chef Kumalé. *Il mondo a tavola. Precetti riti e tabù*, Torino, 2007, p.7

A volte però lo scambio, ovvero il confronto tra identità diverse, viene considerato come fenomeno avverso, quasi fosse un ostacolo alla salvaguardia del patrimonio culturale che ciascuna società riconosce nel proprio passato. Le persone hanno paura della contaminazione, nascono così atteggiamenti di intolleranza, di ostilità nei confronti degli “altri”.

La paura di contaminazione fa emergere un razzismo sottile, quotidiano, fatto di piccoli rifiuti, in cui anche la politica gioca un ruolo importante, alla ricerca del consenso, cercano di rafforzare l’idea di un’identità da contrapporre alla nostra, e spesso anche la cucina entra a far parte di questo disegno, “no al cous cous, si alla polenta” dice uno slogan di un noto partito politico italiano. Ma non si può andare contro alla realtà: il confronto con gli stranieri e la loro cucina è ormai quotidiano e inevitabile. Come sostiene Vincenzo Minichini:

“Il cibo favorisce, fortemente il contatto tra diverse culture, una contaminazione tra diverse comunità che si avvicinano l’un l’altra. Uno scambio che opera come mediatore, moderando i conflitti che sorgono dall’incomprensione, dall’eccessiva diversità e dalla paura dell’altro”⁶.

Le cucine di oggi non sono altro che l’insieme di un antico e importante processo di circolazione di saperi e sapori che ha evoluto i diversi tipi di gastronomia; alcune di esse, grazie all’assioma che recita: “chi scambia, cambia”, hanno raggiunto livelli di complessità eccellenti.

Migrare implica dunque, non solo uno spostamento territoriale, un cambiamento fisico dei luoghi e delle persone con le quali si sono instaurati legami ma anche passare da una cultura, la propria ad un’altra. Attraverso l’alimentazione avviene lo scambio tra individui culturalmente diversi, uno scambio propedeutico per il processo di integrazione.

Il presente lavoro ha come oggetto i modelli alimentari in quanto elementi di identità culturale, considerati in relazione al processo migratorio. Non vuole essere un’ inchiesta, ma piuttosto un sondaggio, utile a capire quali sono alcuni degli aspetti che incidono nella cultura alimentare delle persone che decidono di spostarsi da paese ad un altro.

⁶ V. Minichini. *Per una bioetica dell’alimentazione*, Napoli, 2010, p. 36

1. I processi di acculturazione nei modelli alimentari.

Il termine acculturazione nasce per descrivere il processo di cambiamento che si ha quando due gruppi etnici entrano in contatto, per esempio quando un gruppo culturale o un individuo decide di emigrare in un paese straniero. Questo processo infatti, influenza sia il gruppo immigrante sia il gruppo ospitante.

J. W. Berry propone un modello secondo cui gli immigrati che si sono sistemati in una società ospitante devono confrontarsi con due problemi fondamentali⁷.

Il primo è decidere se la cultura degli immigrati è di valore e se va o meno mantenuta. Il secondo, invece, riguarda il desiderio di contatto con gli altri gruppi, ovvero decidere quali relazioni avere con la comunità ospitante.

Da qui derivano due domande:

1. *È importante mantenere la propria identità culturale e le proprie caratteristiche?*
2. *È importante avere relazioni con altri gruppi?*

Dalla risposta a questi due quesiti nascono quattro strategie di acculturazione diverse: integrazione, assimilazione, separazione ed emarginazione.

La risposta positiva ad entrambe le domande manifesta una forma di integrazione; mentre una risposta negativa corrisponde all'emarginazione. La risposta positiva alla prima e negativa alla seconda, corrisponde alla separazione. La risposta negativa alla prima e positiva alla seconda, si traduce in assimilazione.

Applicando il modello di Berry nello specifico, alle abitudini alimentari degli individui possiamo intendere che: l'“integrazione” l'immigrato vuole mantenere e conservare la propria identità culturale, senza privarsi di entrare in contatto con gruppi culturali diversi. Rappresenta il successo del processo di adattamento in cui l'immigrato riesce ad adeguarsi in modo più o meno funzionale ad entrambe le culture. Per quanto riguarda i modelli alimentari significa adattarsi al pranzo occidentale consumato nella mensa scolastica o nella pausa pranzo aziendale, per tornare la sera o nei giorni di festa nell'intimo della propria casa, ai cibi tradizionali della propria cultura.

Nell' “assimilazione” il soggetto perde il contatto con le proprie origini, e si adatta completamente all'ambiente culturale del paese ospitante. Nel contesto della cultura alimentare avviene quando uno straniero dimentica le proprie tradizioni culinarie, a volte scordandosi perfino il nome dei piatti e degli ingredienti più comuni.

⁷ Berry, J.W., ‘Acculturation as varieties of adaptation’, *Acculturation: Theory, Models and some new findings*, a cura di Padilla, A.M.. Westview: Boulder CO, 1980, pp. 19-25

I fenomeni di rimozione culturale si notano maggiormente all'interno di alcune comunità e spesso sono i più giovani a scegliere questa via per riuscire ad integrarsi più velocemente alla nuova realtà.

Con la “separazione” invece, i soggetti tendono a valorizzare la propria appartenenza etnica, vogliono conservare le proprie tradizioni culturali, mentre mostrano poco interesse verso la cultura ospitante.

Non tutti i gruppi etnici sono così aperti al cambiamento o all'accettazione delle tradizioni e dei valori del nuovo paese, come accade per i nomadi o i cinesi.

*“I comportamenti che tradizionalmente resistono di più ai processi di acculturazione” sostiene V. Castellani: “ sono proprio quelli alimentari, quelli che più di altri si tengono all'interno delle mura domestiche, a differenza dell'apprendimento o dello stile nel vestirsi. L'adozione di nuovi cibi è un lento percorso di avvicinamento alla nuova cultura ”.*⁸

Solitamente, le prime generazioni emigranti rimangono legate alla loro cultura di origine, a volte modificando solo qualche aspetto esteriore, come l'abbigliamento, per non essere allontanati dalla famiglia e dal gruppo di appartenenza. Una famiglia musulmana osservante di prima emigrazione, conserverà il precetto di praticare il digiuno nel sacro mese di ramadan, astenendosi dall'assunzione di cibi e bevande dall'alba al tramonto e “rompendo” il digiuno con i piatti della propria tradizione.

Infine l'“emarginazione” rappresenta il fallimento del processo di integrazione e di adattamento, ed è caratterizzata dal rifiuto sia della propria cultura, sia della cultura ospitante. L'immigrato tende ad isolarsi a causa del rifiuto da parte di entrambi i gruppi, connazionali e ospitanti, fatica ad adattarsi, manifesta profonde crisi di identità.

Il limite di questo modello è pensare che gli individui siano liberi di scegliere una cultura liberamente, e non considera l'influenza dei numerosi fattori politici, economici e sociali che sono determinanti e che possono condizionare la scelta di tutte le persone che migrano.

Il problema della scelta alimentare di una persona, e l'importanza dei diversi stili alimentari incide sulla convivenza pacifica tra etnie e culture della nostra società multi-culturale e ormai globalizzata.

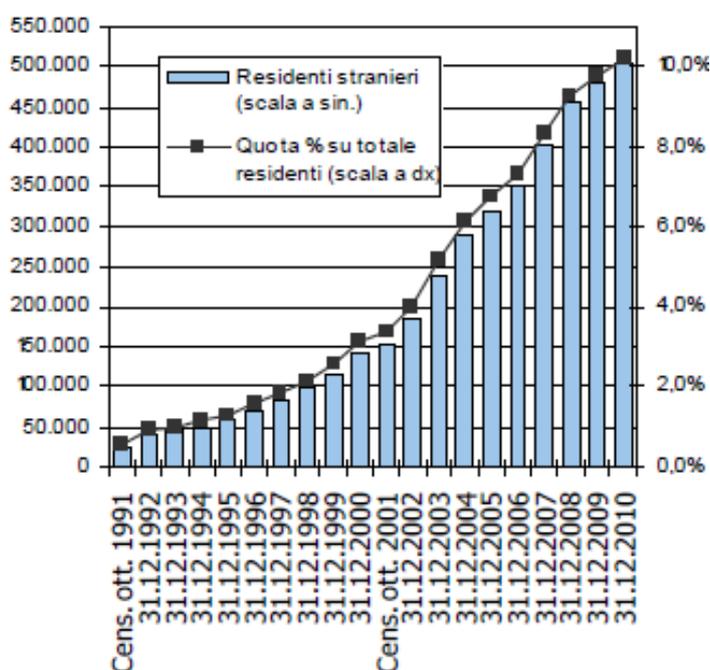
⁸ V. Castellani, (Chef kumalé), *Il mondo a tavola ...*, op.cit, p. 131.

2. Stranieri in Veneto.

Il Veneto si trova al terzo posto (dopo Lombardia e Lazio) nella graduatoria nazionale stilata in base alla consistenza numerica della presenza straniera.

I cittadini stranieri residenti in Veneto al 31 dicembre 2010 risultano, secondo i dati provvisori rilasciati dall' ISTAT, oltre mezzo milione, circa 25.000 in più rispetto alla medesima data dell'anno precedente. Al netto degli stranieri (ma al lordo delle acquisizioni di cittadinanza), la popolazione veneta di cittadinanza italiana negli ultimi vent'anni sarebbe cresciuta in misura modesta (meno del 2%), passando da 4,355 ml. nel 1991 a 4,431 ml. a fine 2010. Invece, l'incidenza degli stranieri sulla popolazione residente risulta in forte e continua crescita, avendo raggiunto a fine 2010 il 10,2% (graf.1).

Graf. 1 – Veneto. Popolazione straniera residente e quota % sulla popolazione residente totale (1991–2010)

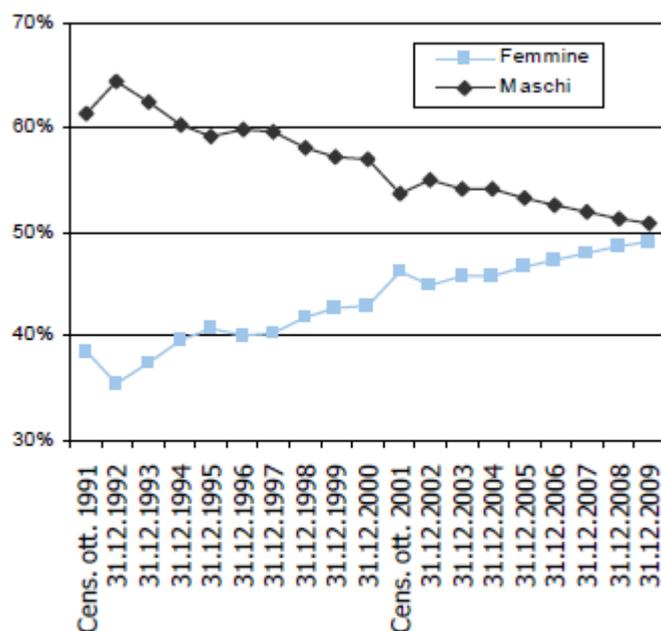


Fonte: elab. Osservatorio Regionale Immigrazione su dati Istat

Secondo il l'Osservatorio Regionale Immigrazione, nel rapporto 2011, per quanto riguarda la composizione per genere evidenzia il proseguire lento e continuo della femminilizzazione della popolazione straniera. Ma rispetto le fasi iniziali dei processi migratori, in cui prevaleva

una netta presenza maschile possiamo notare, negli ultimi anni, un progressivo riequilibrio tra i sessi (graf. 2).

**Graf. 2 – Popolazione straniera
residente per sesso.
Composizione % 1991-2009.**



Fonte: elab. Osservatorio Regionale Immigrazione su dati Istat

Analizzando nel dettaglio la composizione per genere a seconda dei diversi paesi di origine, si nota comunque la permanenza di forti disomogeneità.

In alcune comunità in cui il processo migratorio è ormai consolidato possiamo notare un riequilibrio tra i sessi, inizialmente prevale la presenza maschile, ma quando questi raggiungono una stabilità avviene spesso il ricongiungimento familiare, mentre per altre comunità continua a prevalere il sesso maschile, ad esempio tra i senegalesi la quota maschile, seppur in calo, è ancora al 74% (era al 77,4% nel 2007)⁹.

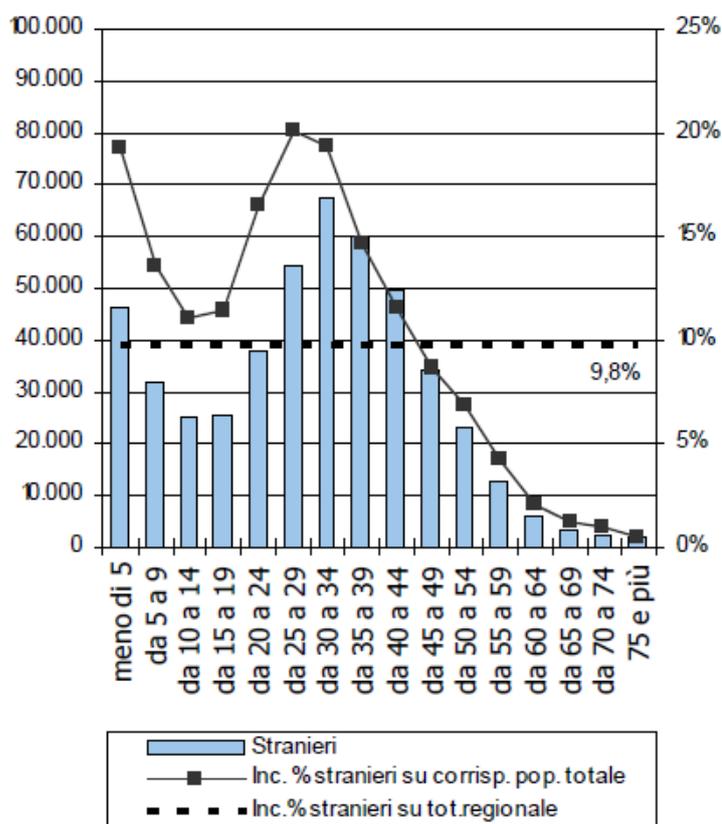
Se prendiamo in considerazione il processo con riferimento ad alcuni Paesi dell'Est si evidenzia la netta prevalenza dell'emigrazione femminile: è il caso, ad esempio, delle donne ucraine che nel 2009 rappresentano l'81,4% degli emigrati ucraini in Italia (82,3% nel 2007)¹⁰.

⁹ *Immigrazione in Veneto. Rapporto 2011*, a cura dell'osservatorio regionale immigrazione, 2011, p.8.

¹⁰ *Ibidem*.

All'inizio del 2011 l'età media della popolazione straniera residente risulta pari a 30 anni. Anche la popolazione immigrata è peraltro destinata ad invecchiare e quindi il suo contributo al "contenimento" dell'età media si attenuerà. Essa comunque si distingue rispetto a quella italiana per una maggior concentrazione nelle classi più giovani (graf. 3): al 31 dicembre 2009 il 21,3 % risulta avere meno di 14 anni, il 77,1% è compreso nella classe 15-64 anni; gli anziani (over 65) pesano soltanto per il 1,6%.

Graf. 3– Popolazione straniera residente per classe d'età al 1.1.2010.
Valori assoluti e quota % sulla popolazione residente totale



Fonte: elab. Osservatorio Regionale Immigrazione su dati Istat

Guardando invece, i caratteri territoriali della distribuzione degli stranieri nel territorio veneto le massime concentrazioni si hanno nelle aree urbane e pedemontane della fascia centrale della regione. L'incidenza degli stranieri è ovunque in crescita: a fine 2009 il livello più basso risultava Belluno (6,2%) mentre quello più alto a Treviso (11,2%)¹¹.

¹¹ *Immigrazione in Veneto. Rapporto 2011*, a cura dell'osservatorio regionale immigrazione, 2011, p. 15

Tra i primi dieci paesi di origine degli immigrati, dal 2009 figura un paese africano: il Marocco; mentre sono presenti due paesi asiatici: Cina, Bangladesh.

Tab. 1 - Veneto. Variazioni della popolazione residente per cittadinanza, dopo l'ultimo allargamento dell'Unione europea

	Variazioni assolute della pop. residente			Totale 31.12.2006- 31.12.2009
	2007	2008	2009	
Stranieri	53.770	50.468	26.163	130.401
Romania	28.654	14.494	5.575	48.723
Moldova	3.847	6.279	3.675	13.801
Marocco	2.872	4.452	2.599	9.923
Cina Rep. Popolare	2.446	3.224	2.261	7.931
Albania	2.144	2.990	1.253	6.387
Macedonia	941	4.137	-302	4.776
Bangladesh	1.319	2.436	1.255	5.010
Ucraina	1.112	1.909	1.232	4.253
India	1.062	1.653	1.206	3.921
Sri Lanka	905	1.272	609	2.786
Serbia-Montenegro-Kosovo	1.240	-866	2.063	2.437
Nigeria	655	1.023	625	2.303
Senegal	275	574	500	1.349
Filippine	257	488	574	1.319
Ghana	498	842	165	1.505
Bosnia-Erzegovina	285	681	108	1.074
Burkina Faso	79	382	300	761
Polonia	991	436	192	1.619
Pakistan	170	244	347	761
Bulgaria	406	289	216	911
Altri Paesi	3.612	3.529	1.710	8.851
Italiani	-1.596	-4.716	-7.295	-13.607
Italiani per acquisizione cittadinanza	6.612	7.456	8.022	22.090
Totale popolazione residente	58.786	53.208	26.890	138.884

Fonte: elab. Osservatorio Regionale Immigrazione su dati Istat

3. La comunità marocchina.

3.1 Intervista alla comunità marocchina.

L'Italia entra a far parte in maniera considerevole nella storia della migrazione marocchina, negli anni '90; prima invece, negli anni '70-'80, i migranti marocchini si dirigevano principalmente verso la Francia e solo in parte verso le frontiere italiane.

Oggi i residenti marocchini in Italia, secondo i dati elaborati dall' ISTAT, sono al 31 dicembre 2009 attorno le 431.529 presenze, di cui 56.704 in Veneto, che, tra le regioni, è al quarto posto dopo Lombardia, Piemonte ed Emilia Romagna.

La mia intervista alla comunità marocchina si è svolta nei pressi di Montebelluna, nella provincia di Treviso. Tra tutte le città della provincia, che assieme uniscono 12.256 residenti marocchini, questa risulta essere quella con maggior concentrazione: circa 600 persone sono originarie dal Marocco ¹².

Il comune di Montebelluna ritiene fondamentale dare agli stranieri gli strumenti per un'adeguata integrazione nella città e se ne occupa tramite percorsi formativi, servizi e guide online, ma anche cooperative e associazioni. C'è un'associazione della comunità marocchina, il cui presidente è Abdellah Ajouguim. È stato proprio grazie a lui che sono entrata in contatto con Amina, la responsabile del gruppo giovanile delle ragazze marocchine. Il gruppo si incontra ogni venerdì alla casa del volontariato della città, per discutere su temi come la società, la religione ma anche l'integrazione.

La mia decisione di intervistare le ragazze giovani nasce dalla curiosità di capire quali sono le differenze, sempre per quanto riguarda i modelli alimentari, tra la prima e la seconda generazione di immigrati. Con loro sarei riuscita ad approfondire sia gli aspetti culturali dei giovani marocchini che vivono oggi nel nostro paese, ma anche conoscere cosa li differenzia dai propri genitori, nati invece in Marocco.

La prima volta che parlai con Amina, scoprii che nei loro incontri non avevano mai parlato di modelli alimentari, perciò accolse con piacere la mia intervista; affrontare questo argomento sarebbe stato molto utile anche come una riflessione. Le ragazze intervistate avevano un' età dai tredici ai ventidue anni e l'incontro si è svolto in piena armonia, con grande maturità da parte di tutte le partecipanti, anche le più piccole. Tutte le ragazze sono nate e cresciute in

¹² elaborazioni per paese di provenienza, della regione Veneto, Direzione Sistema Statistico Regionale su dati Istat, 2009, <http://statistica.regione.veneto.it>

Italia, eccetto due che invece sono nate in Marocco e successivamente con la famiglia emigrate nel nostro Paese.

3.2 Il modello alimentare marocchino

Il Marocco ha una storia molto antica, è sempre stato un paese di passaggio per molti popoli ed è stato colonizzato più volte. Per questo, ha avuto nel corso degli anni, numerosi rapporti e scambi commerciali e grazie al confronto con il resto del mondo, la cucina marocchina racchiude in sé una grande varietà di ingredienti e modi di cucinare.

Nei piatti tipici ritroviamo i sapori del popolo indigeno, i berberi, popolazione nomade di pastori; da loro la cucina marocchina ha ereditato l'abitudine della cottura a fuoco lento di carni, tra le quali agnello, pollo o coniglio in pentole di terracotta, le *tajine*¹³.

Ma è il "couscous" a rappresentare il simbolo culinario della popolazione berbera, ed è infatti diventata una tradizione non solo del Marocco ma anche degli altri paesi del Maghreb. Per "couscous" si intende una semola cotta a vapore, servita con un accompagnamento di carne, legumi, verdure, e solo raramente nelle città costiere, di pesce. Ma è il couscous è per eccellenza il piatto tradizionale nei momenti conviviali e non manca mai sulle tavole il venerdì, giorno di festa per l'islam¹⁴.

A causa delle invasioni arabe, spagnole e francesi, oggi, la pietanza viene preparata in molti modi diversi, sia dolci che salati, con ingredienti di stagione, diversi da regione a regione¹⁵.

Inoltre, In un pasto tipico marocchino possiamo trovare le zuppe che vengono preparate con ingredienti molto comuni come i legumi tra cui i ceci, le lenticchie e le fave, ma pure con cereali come il grano, il riso e il miglio.

Furono gli arabi a diffondere in questa area i prodotti di origine orientale, dagli agrumi alle spezie, e il gusto per il contrasto fra dolce e salato. Questi elementi sono tutt'oggi alla base della cucina tipica marocchina che però è stata influenzata dalla tradizione ebraica, con l'impiego di frattaglie e la marinatura di carne e pesce, ma non solo. Nella storia della nazione hanno avuto ruolo notevole sia la Francia che la Spagna, le quali sono riuscite a rendere

¹³ *La pentola è fatta interamente di terracotta, spesso smaltata o decorata, ed è composto da due parti: una parte inferiore piatta e circolare con i bordi bassi, ed una parte conica superiore che viene appoggiata sul piatto durante la cottura. La forma del coperchio è pensata per facilitare il ritorno della condensa verso il basso.*

¹⁴ Chef kumalé. *Il mondo a tavola ... op. cit* p.50

¹⁵ Si veda il recente lavoro curato da Franconie H., Chastenet M. et Sigaut F., *Couscous, boulgour et polenta. Transformer et consommer les céréales dans le monde*, Paris, Karthala, 2010.

questa cucina più delicata nei sapori e ad aggiungere una nota aromatica caratteristica per l'ampio ricorso al pepe e al coriandolo, differenziandola così dagli altri paesi del Maghreb.

In questo patrimonio culinario ricco di sapori e saperi, non potevano mancare le contaminazioni del popolo turco da cui ereditarono ricette come le sfoglie e le verdure ripiene, ma anche lo spiedo di montone. Questo animale infatti, viene utilizzato ancora oggi come sacrificio durante la festa religiosa islamica “Al-Ayd al- Kabir¹⁶”, ovvero la festa dei sacrifici:

“In Marocco il sacrificio del montone è seguito dalla preparazione di tutte le parti commestibili dell'animale con cui si realizzano una serie di piatti tipici, ad esempio gli spiedini di fegato alle spezie (boulfaf), consumati sul posto del sacrificio da tutti i presenti ...”¹⁷

In comune con gli altri paesi del Nord Africa, il Marocco ha la predilezione per la marinatura delle carni e la cottura alla brace. La carne scelta più frequentemente però, è l'agnello cotto alla fiamma sotto forma di grosso spiedo verticale (*shawarma*), di spiedini (*kebab*) e di polpette (*kefta*)¹⁸.

Poiché la tradizione islamica non prevede l'uso delle posate, ma bensì delle mani, gli ingredienti vengono minuziosamente spezzati durante le varie preparazioni. È proprio per questo motivo, che il pane diventa un elemento fondamentale nella cucina marocchina, serve infatti a raccogliere il cibo dal piatto comunitario o addirittura a contenerlo. È di fondamentale importanza lavarsi le mani prima e dopo il pasto, perché l'usanza tradizionale prevede di servirsi attingendo ad un unico grande piatto.

Tra gli aromi, ha ruolo primario l'aglio, affiancato dai sapori di coriandolo, cumino, zenzero e zafferano che caratterizzano i piatti tipici della cucina marocchina.

Quanto ai dolci, gli ingredienti fondamentali sono miele, datteri, mandorle e uva passa; l'aroma prevalente è quello della cannella. Tra le delizie si possono trovare anche i datteri farciti, inoltre le macedonie, profumate dall'acqua di rose o di fiori d'arancio.

Tra le bevande, escludendo per motivi religiosi tutto ciò che è alcolico, comunemente nella tradizione marocchina possiamo degustare il tè aromatizzato con menta e assenzio, il carcadè e il caffè alla turca.

¹⁶ Si festeggia per commemorare il sacrificio del figlio (nella tradizione Ismaele) che Dio chiese ad Abramo. Invitandolo poi però a sostituire la vittima designata con un animale (Cor. XXXVII, 102-6).

¹⁷ Chef Kumalé, *il mondo a tavola ... op cit.* p.49

¹⁸ P. Piazzesi, *La cucina marocchina*, Firenze, 2008 p. 12

3.3L'integrazione dei modelli alimentari marocchini nel nostro Paese.

Durante l'intervista le ragazze raccontano vari aspetti della loro vita quotidiana nei diversi ambienti come la scuola, i negozi alimentari ma anche dei momenti passati in casa con la propria famiglia.

Emerge da subito che la prima generazione di immigrati è sicuramente più radicata nella cultura marocchina, rispetto alla seconda generazione; ciò non toglie che entrambe hanno acquisito in fretta parte della cultura italiana.

Riguardo i modelli alimentari, spiegano che da un lato riescono a mantenere le tradizioni culinarie marocchine, mentre dall'altro hanno ben accettato il modello culinario italiano.

Alla mia domanda: "Mangiate cibi italiani oppure cibi marocchini?", la risposta condivisa da tutto il gruppo è stata: "Entrambe". Preferiscono infatti i piatti italiani durante la settimana, quando il tempo per cucinare è poco a causa dei ritmi frenetici, mentre quando ne hanno la possibilità, solitamente la domenica oppure durante feste, amano ritornare alle loro tradizioni, tra couscous e *tajine*. Specificano che prediligono la cucina del Paese ospitante perché risulta essere più "semplice", ovvero più veloce e meno laboriosa rispetto a quella marocchina che invece, la definiscono più "impegnativa", perché ricca di piatti che necessitano di lunghe preparazioni. Ma questo non esclude che alla domenica e nei giorni di festa, oppure quando ci sono ospiti a casa, le famiglie non rinunciano alla loro cucina tradizionale preparando ad esempio il couscous o la "*rfisa*", un piatto che si compone con pane non lievitato e pollo condito con spezie varie. Ma ad una cosa, mi confidano di non rinunciare mai: i dolci tipici della gastronomia marocchina, preferiti largamente rispetto a quelli italiani.

Dall'intervista scopro anche che nelle famiglie sono solitamente le mamme a cucinare e a preparare i piatti tipici, a cui rimangono molto radicate, utilizzando le ricette tradizionali, mentre le ragazze, pur apprezzando e rimanendo legate alle loro origini, ammettono di dedicare poco tempo all'apprendimento delle pratiche culinarie. Qualcuno mi confessa che sta abbandonando questo lato culturale a causa del poco tempo libero, qualcun altro invece, ammette di adagiarsi al fatto di essere ancora adolescente e di tralasciare questo aspetto della tradizione marocchina per un riavvicinamento nell'età più adulta. Solo una ragazza, tra le intervistate mi descrive come spesso aiuta la madre in cucina, sia per una passione personale, sia perché la madre ritiene fondamentale che la figlia apprenda e non dimentichi la propria cultura di origine.

L'atto di cucinare è dunque, un lato della cultura ben mantenuta dalle generazioni più adulte ma che sembra stia per essere un po' abbandonata dai giovani di nazionalità marocchina. Ma su questo punto di vista, credo non ci siano molte differenze da un loro coetaneo figlio di italiani.

Per quanto riguarda invece, il legame con le pietanze del paese di origine, è emerso che ormai le famiglie marocchine sono sempre più integrate nella nostra società e ciò incide anche nella loro dieta quotidiana. Dunque, da un lato rimangono ancorate ai loro modelli alimentari, dall'altro hanno ben acquisito ed integrato i piatti della tradizione italiana.

3.4 Religione a tavola.

La maggior parte dei marocchini in Italia, a anche nel paese di origine, professano l'Islam, religione monoteista, che ritiene Allah l'unico Dio a cui il musulmano deve sottomettersi totalmente e rispettare il suo volere.

Il testo sacro dell'islamismo è il Corano ed è stato scritto da Maometto, il "lodato" e contiene, oltre agli insegnamenti religiosi, regole per i comportamenti come questioni economiche, sociali e giuridiche. Tra le norme islamiche troviamo anche quelle alimentari, che sono contenute nella *Sunna*¹⁹ del profeta e nel Corano; Mohammed prescrisse ai musulmani alcune restrizioni alimentari che ancora oggi segnano l'islam. Oltre alla preghiera, tra i precetti fondamentali che i musulmani devono compiere, hanno un ruolo importante il digiuno e la proibizioni di alcune carni e bevande. La trasgressione della legge islamica è considerata *haram*, ovvero illecita, deve essere rispettata perché finalizzata al benessere fisico e spirituale dell'uomo.

Vivere in Italia è sicuramente diverso che vivere in Marocco in cui la religione di stato è proprio l'Islam che condiziona fortemente la vita quotidiana del credente che deve praticare gli insegnamenti del Corano e del profeta Maometto in ogni suo passo.

¹⁹ Sono gli atti e i detti del profeta. Costituiscono la seconda fonte della legge islamica, dopo il Corano. Si basano principalmente su sei libri, per i precetti alimentari vedere: Al-Bukhari, *Deti e fatti del profeta dell'islam*, a cura di V. Vacca, S. Noja, M. Vallaro, UTET, Torino, 2003 (prima ed. 1982)

3.5 Carne Halal.

I precetti alimentari islamici vietano alcuni tipi di carne, tra cui il maiale, che è l'unico ad essere nominato esplicitamente per le sue abitudini sudice, come recita il corano (Sura, VI, 145): “*la carne di porco è immonda*”. Oltre alla carne di maiale sono vietati tutti i suoi prodotti derivati, persino alcuni tipi di pane, dolci e biscotti diventano *haram*, se contengono strutto.

Sono considerati illeciti anche gli animali morti di cause naturali, o quelli macellati senza l'invocazione del nome di Dio. Nutrirsi di sangue è peccato mortale, ma è proibito solo quello che si spande e non quello che resta nella carne²⁰. È vietato anche cibarsi di rapaci, asini, muli, rettili, topi, rane, formiche e di pesci privi di scaglie. Inoltre, è considerata impura la carne di cane, ma dobbiamo ricordare che i cinesi musulmani, più permissivi, la apprezzano molto. Il Corano, nei versetti di Sura VI, 145 pone un'eccezione, nel divieto delle carni illecite, dicendo, “.... *Quanto a chi vi fosse costretto, senza intenzione o ribellione, a servirsene, ebbene, il tuo Signore è perdonatore, misericordioso*”.

Un caso a sé è il consumo di carne di cavallo in quanto, come illustra Massimo Salani:

*“ Il Corano non vieta il consumo dell'equino, ma pare che Maometto non se ne fosse mai cibato [...]. Ancora oggi è possibile trovare nel mondo musulmano sia l'atteggiamento di rifiuto (che si sta imponendo sempre con più forza) sia la possibilità di cibarsene (in modo particolare in Iran) ”*²¹.

Le diversità culturali, linguistiche e religiose, ma anche alimentari sono aspetti che hanno risvolti pratici di molto rilievo. Parlando dei cibi illeciti, ho chiesto a loro se i musulmani trovassero difficile rispettare i propri precetti al di fuori delle mura domestiche. La loro risposta è immediata, mi spiegano che non è difficile come si può apparentemente pensare. Ad esempio per quanto riguarda la mensa scolastica, i genitori possono richiedere un pasto adeguato per i loro figli, composto da soli cibi leciti nel rispetto della religione islamica. Una ragazza in particolare, mi racconta che suo fratello minore frequentando ancora l'asilo, non è consapevole delle regole alimentari a cui deve attenersi, perciò, i genitori parlando con le maestre, si sono accordati e raccomandati di vigilare sul loro figlio.

Macellazione classica e macellazione islamica.

²⁰ Lecita è per esempio la carne di fegato e milza.

²¹ M. Salani, *A tavola con le religioni*, Bologna, 2007, p.91

In particolare, per quanto riguarda le carni, le regole alimentari della religione islamica comprendono rigidi criteri di macellazione degli animali di cui è ammesso cibarsi, ma prevedono anche una serie di divieti e di riti.

L'Italia permette l'uccisione rituale islamica che però, è diversa dalla nostra tradizionale macellazione. In Italia questo tipo di macellazione è stato per la prima volta autorizzato con il decreto ministeriale congiunto (Sanità e Interni) dell'11 giugno 1980 e tale deroga è stata confermata da tutti gli atti legislativi successivi in materia. Innanzitutto deve essere effettuata in locali, con utensili e personale separati e diversi da quelli impiegati per l'uccisione non halal. Gli utensili per l'uccisione e la macellazione halal devono essere usati solo ed esclusivamente per animali "leciti", ovvero il manzo, il pollame e gli animali da cortile: galline, anitre, oche, faraone e conigli. La selvaggina è ammessa solo nel caso che sia stata cacciata da un musulmano e questo abbia accuratamente dissanguato l'animale.

La macellazione deve essere effettuata da personale qualificato che sia perfettamente a conoscenza ed addestrato nell'esecuzione dei rispettivi metodi rituali.

La macellazione islamica deve avvenire con la mano destra e viene accompagnata invocando il nome di Dio. L'animale viene orientato verso la Mecca e con un coltello affilatissimo sgozzato: questo avviene tagliando loro le due vene giugulari e la laringe in un luogo pulito, in cui non ci devono essere odori o sangue a vista di altri animali. Dopo la macellazione le carni vengono dissanguate e lavate per togliere ulteriori residui di sangue. Tutto questo deve avvenire quando la bestia è ancora viva, non deve essere né stordita né sedata prima dell'uccisione.

Relativamente a quest'ultimo punto ci sono importanti differenze rispetto alla macellazione classica ed è a causa di questo principio, che la discussione sul benessere e il rispetto degli animali si fa accesa. In Italia la regolamentazione riguardo ciò avviene tramite il Decreto Legislativo n.333 del 1° settembre 1998, che recita " L'attuazione della direttiva 93/119/CE relativa alla protezione degli animali durante la macellazione o l'abbattimento". Questo decreto regola le operazioni di trasferimento, stabulazione, immobilizzazione, stordimento, macellazione e abbattimento, le quali devono essere condotte in modo tale da risparmiare agli animali eccitazioni, dolori e sofferenze evitabili. Il regolamento pone però un'eccezione consentendo alle macellazioni che avvengono secondo riti religiosi di non applicare lo stordimento all'animale.

Sui blog e forum on-line si evidenziano molte polemiche e proteste riguardo i metodi di macellazione Halal. Si contesta principalmente il fatto che gli animali, non potendo essere storditi, debbano rimanere coscienti fino a dissanguamento completo.

Al di là delle polemiche, che non si placcheranno facilmente, rimane il fatto che permettere la macellazione halal in Italia dà la possibilità anche a chi ha una cultura e delle credenze diverse dalle nostre di poter vivere nutrendosi con gli elementi che una dieta bilanciata richiede.

Durante l'intervista mi sono interessata di capire se le famiglie marocchine di religione musulmana ponessero fiducia nella macellazione islamica compiuta in Italia oppure se avessero dei dubbi. Dall'intervista è emerso che le ragazze, sono fiduciose nei prodotti halal italiani, ma non è stata questa risposta a stupirmi. Avendo comunque la consapevolezza che possono mangiare unicamente carne halal, mostrano confusione in riferimento alle differenze tra macellazione musulmana e occidentale. Giustifico la loro scarsa informazione in materia, per il fatto che hanno ammesso che sono i genitori ad occuparsi degli acquisti alimentari all'interno delle famiglie. Dai racconti infatti, mi confidano che sono le loro madri ad avere maggiori dubbi e ad essere spesso diffidenti. Per questo motivo acquistano principalmente la carne halal dal macellaio musulmano di fiducia, e solo poche volte, acquistano anche nei supermercati che solo recentemente hanno inserito reparti adibiti ai prodotti halal.

Riguardo alla fiducia dei musulmani nella macellazione islamica, l'Italia ha adottato, come altri paesi hanno fatto prima, una certificazione dei prodotti leciti, "*halal Italia*", un marchio a garanzia dei prodotti italiani realizzati in conformità con le leggi del Corano. La certificazione avviene tramite un Consiglio Islamico; questo consente ai musulmani che vivono nel nostro Paese di accedere al cibo con maggiore tranquillità.

3.6 Digiuno.

Secondo un detto del profeta:

“una porta del paradiso si chiama porta del ristoro (Rayyàn), e vi passeranno solo quelli che hanno digiunato. Sarà chiesto: dove sono quelli che digiunavano? Allora essi si alzeranno ed entreranno. Nessun altro lo oltrepasserà. Poi si chiuderà per sempre”²².

Il digiuno nel mese di Ramadan²³ fa parte di uno dei cinque pilastri che compongono l'insegnamento religioso islamico. Per questo motivo i musulmani sono molto attenti nel rispettare scrupolosamente questo dovere, anche al di fuori del loro paese di origine.

Le ragazze infatti, mi confermano che anche loro osservano il digiuno durante il mese di Ramadan, e in generale, tutti i musulmani immigrati tengono molto a rispettare questa tradizione religiosa. Mi specificano poi, che l'osservanza a questo precetto inizia per i più giovani nel momento in cui entrano nella pubertà e che questo mese serve a ricordare a tutti i musulmani quali sono i valori come l'umiltà, il rispetto, la pazienza e la possibilità di migliorare.

“ Durante tutto il mese gli adulti sono tenuti a digiunare dall'alba al tramonto seguendo rigorosamente le tabelle orarie diffuse dalle moschee, a eccezione dei bambini, dei malati, delle donne gravide, o che allattano, e di coloro per i quali il digiuno potrebbe risultare dannoso o anche solo eccessivamente faticoso”²⁴.

La cena che interrompe il digiuno dopo il tramonto è chiamata “*futur*”, ed è un momento di convivialità, vissuta festeggiando e mangiando cibi molto calorici e dolci, un modo per ricompensare i sacrifici fatti durante la giornata. Inoltre, è tipico, in questo periodo, consumare il “*sahur*”, ovvero un pasto notturno che avviene poco prima dell'alba, proprio come consigliato nel Corano (Sura II, 187).

Il mese del Ramadan, non capita sempre nello stesso periodo, ma quando avviene d'estate, diventa difficile per tutti i musulmani mantenere i ritmi di vita quotidiani. Per questo, nelle società arabe durante questo mese, cambiano gli orari lavorativi, si rallentano le attività.

²² Chef kumalè, *il mondo a tavola..* op. cit. p. 38

²³ È il nono mese del calendario musulmano, ed è il solo nome di mese che compare esplicitamente in tutto il Corano. La radice r-m-d designa il calore dell'estate.

²⁴ Chef Kumalé, *il mondo a tavola...* op cit p.39

Questo non succede però nelle nostre società occidentali, abituate a non fermarsi mai, tantomeno per una cultura diversa dalla nostra.

Proprio per questo ho chiesto al gruppo di giovani marocchine cosa differenzia il mese di Ramadan vissuto in Marocco da quello vissuto in Italia. Loro mi raccontano con aria sognante che vivere questo mese in Marocco è più suggestivo, perché quasi tutta la popolazione digiuna e si crea un'atmosfera, tra preghiere nelle moschee e momenti di convivialità, dove la condivisione reciproca aiuta ad affrontare il sacrificio con maggior serenità. Mi spiegano che qui in Italia invece, la convivialità viene un po' a mancare ed è sovrastata dalla solitudine; in particolar modo, per le persone che continuano a lavorare tutta la giornata, e che quindi spesso, non sono a contatto con la propria famiglia o con altri musulmani. Poi, affermano che anche in Italia, come in Marocco, usano ritrovarsi a tavola dopo il tramonto, dove il cibo diventa uno strumento di convivialità.

Ma quando chiedo se è difficile digiunare, la risposta collettiva riesce davvero a stupirmi: “no, digiunare non è difficile, dopo un paio di giorni il tuo corpo si abitua e diventa di giorno in giorno, ma anche di anno in anno, sempre più facile affrontare il mese di Ramadan”.

Digiunare, è per loro, sicuramente più semplice per le persone che passano la giornata in casa, mentre per i musulmani che lavorano, la difficoltà maggiore è stare a contatto con i colleghi italiani che mangiano davanti ai loro occhi.

Le ragazze dimostrano di essere fiere ed avere molto rispetto della loro religione e delle sue regole e sostengono che digiunare dall'alba al tramonto è qualcosa che rende felice un musulmano, non è un peso e che alla base del Ramadan non c'è la pratica di digiuno ma bensì la socialità. Amina, la responsabile del gruppo delle giovani marocchine, si sofferma proprio su questo aspetto raccontandomi che questo mese è molto amato dai musulmani perché viene vissuto cercando di stare insieme il più possibile con la propria famiglia, e non è solo il loro stomaco a dover digiunare, ma anche i loro occhi e i capelli evitando per esempio varie creme o trucchi, cercando di vestirsi più sobri a differenza del resto dell'anno, insomma devono purificare l'animo.

3.7 Le festività religiose.

Il calendario islamico è diverso rispetto a quello gregoriano, si basa infatti sul ciclo lunare e si compone di 354 giorni suddivisi in dodici mesi, mentre la numerazione degli anni ha avuto inizio nel 622 d.C. con l'Egira, la fuga di Maometto dalla Mecca alla Medina. Il Corano prevede che il nuovo mese inizi con la luna nuova, perciò le date delle festività variano in anticipo o posticipo di 24 ore.

Quando un popolo migrante si stabilisce in un paese straniero con diversa cultura, diventa difficile mantenere la ricorrenza a tutte le festività del paese di origine.

Durante l'intervista infatti, emerge che le feste da loro celebrate in Italia, sono principalmente quelle a sfondo religioso, mentre vengono solitamente abbandonate le altre celebrazioni nazionali come la festa del patrono. Perciò, la comunità marocchina festeggia tradizionalmente anche in Italia: la festa dell'anniversario del profeta e il Capodanno islamico, la rottura del digiuno, la festa del sacrificio.

Il compleanno del Profeta, "*Mouled o Mawlid al-Nàbì*", si festeggia il dodicesimo giorno del mese di *Rabi' al-awwal*²⁵ mentre il capodanno islamico, "*Ra's al-'àm*" viene celebrata nel mese di *Muharram*²⁶, uno dei quattro mesi ritenuti sacri nel calendario religioso. La cucina tipica per la ricorrenza è ricca di carni, fichi, frutta secca, zuppe, ma anche di dolci. Durante l'intervista scopro però che queste non sono le celebrazioni più sentite nella tradizione musulmana.

Una delle più importanti, è la festa della rottura del digiuno, "*Ayd al- Fitr*", segna la fine del mese di Ramadan. Nel calendario gregoriano, nel 2011, questa ricorrenza è stata celebrata il 30 agosto. È un momento vissuto con grande gioia dai fedeli musulmani, che si preparano alla festa vestendosi con abiti nuovi, e comprando cibo vario e sfizioso festeggiano questa giornata pregando e mangiando tutti assieme i piatti tradizionali della cucina marocchina.

Un'altra importante celebrazione è la festa del sacrificio, in arabo "*Ayd al-Adhà*" è detta anche festa del montone:

"... si festeggia il decimo giorno nell'ultimo mese del calendario lunare, dhù al hijja²⁷ per commemorare il sacrificio del figlio (secondo la tradizione Ismaele) che Dio richiese ad

²⁵ I giorni del calendario lunare non hanno una posizione fissa rispetto al calendario solare, perciò nel calendario gregoriano, le festività islamiche non coincidono mai con l'anno precedente. Nel 2011, il compleanno del profeta è stato celebrato il 17 febbraio.

²⁶ Secondo il calendario gregoriano, nel 2011, il capodanno islamico è avvenuto il 26 novembre, mentre nel 2012 avverrà il 15 novembre.

²⁷ Secondo il calendario gregoriano, nel 2011, la festa del sacrificio è stata celebrata il 6 novembre.

Abramo, invitandolo poi però, all'ultimo momento, a sostituire la vittima designata con un animale"²⁸.

Le ragazze musulmane mi illustrano quali sono le principali differenze nel vivere questa festa in Italia o in Marocco. In primo luogo, nella loro tradizione l'animale sacrificale è un capo di montone, mentre in Italia, solitamente non si trova questo tipo di bestiame, per questo motivo l'animale da sacrificare viene sostituito con un agnello. In secondo luogo, la differenza sta nella durata dei festeggiamenti. Mentre in Marocco la festa si prolunga anche per una settimana, in Italia si limita a tre giorni.

Successivamente mi descrivono come avvengono i festeggiamenti e quali sono le pietanze tipiche:

la mattina, dopo il risveglio, proprio come usava fare il profeta Maometto, indossano i più bei vestiti, si profumano con le fragranze tradizionali, e tornate dalla preghiera possono mangiare l'animale sacrificato di cui usano mangiare tutte le parti commestibili. Le ragazze raccontano che vengono realizzati una serie di piatti tipici con le interiori dell'animale, ad esempio gli spiedini di fegato alle spezie (*boul-faf*), e quando chiedo se anche loro si cibassero di queste parti dell'animale, mi guardano con smorfie schifate e sembrano disgustate solo dall'idea.

Le pietanze tipiche marocchine variano di regione in regione del paese di origine, ma solitamente si usa cucinare piatti diversi ogni giorno, ad esempio le trippe vengono preparate per la cena del primo giorno e nei giorni seguenti la carni vengono grigliate sul momento, oppure stufate con salse speziate e zuccherine. L'ultimo giorno, con gli avanzi è usanza preparare il cous-cous.

3.8 Alcool.

L'alcool è considerato nel mondo islamico la madre delle proibizioni. sulle bevande alcoliche vige una proibizione molto più severa che su altri alimenti.

Il vino e ogni altra sostanza fermentata o alcolica è vietata perché considerata "bevanda inebriante", perché sotto l'effetto di queste bevande, l'uomo perde la sua ragione. Niente, secondo l'islam, è più disastroso per l'uomo del fatto che la sua capacità di comprensione sia deviata dalla retta via mediante il consumo di alcool.

²⁸ Chef Kumalé. *Il mondo a tavola... op cit.*p.49

Ci sono diverse correnti e scuole giuridiche islamiche, alcune delle quali hanno permesso il consumo di bevande poco inebrianti come per esempio il vino di datteri, mentre altre, che vietano anche il solo sedersi a un tavolo dove ci sia vino o altri tipi di alcolici.

Inizialmente ritenevo rischioso affrontare questo argomento durante l'intervista, per paura di ottenere poca trasparenza da parte della comunità musulmana, invece mi sbagliavo. Le ragazze sono state molto sincere e quando ho chiesto, cosa ne pensassero di questo divieto religioso, sono rimasta stupefatta dalla maturità di una ragazza, che in particolare mi ha detto:

“Noi non beviamo alcool non solo perché ce lo dice Dio, ma perché siamo consapevoli dei rischi, anche per voi cristiani dovrebbe essere così! Bevendo molto, si rischia di fare un incidente e magari morire e anche se bevi poco, non sei comunque lucido. E poi per divertirsi non serve bere, si può farne anche a meno”.

Poi, chiedo spiegazioni su tutti quei musulmani che invece consumano abitualmente alcool e a riguardo le ragazze, con molta chiarezza, ammettono che sono in molti, i credenti a non rispettare il divieto. A parte qualche caso di disinteressamento, questo atteggiamento non è molto tollerato dalla comunità musulmana, non solo perché non osservano le regole ma anche perché è simbolo di poco rispetto della propria vita.

Le ragazze mi hanno dato l'impressione di essere ben integrate nella nostra società, in cui si sono adattate senza grandi difficoltà, acquisendo molti elementi del nostro modello alimentare. Ciò nonostante mi hanno dimostrato molto rispetto nei confronti del loro paese di origine, della loro religione e del loro modello alimentare a cui rimangono strettamente legate.

4. L'intervista alla comunità cinese.

Le migrazioni di massa dalla Cina verso l'Europa e l'Italia hanno avuto luogo a partire dalla metà degli anni '80, dopo che la Repubblica popolare cinese, nel 1982, si è aperta al mondo esterno e ha dato avvio a una serie di riforme in campo economico.

Secondo i dati ISTAT Elaborati dalla Regione Veneto, al 31 dicembre 2009, i residenti cinesi in Italia sono 188.352, mentre nel Veneto risultano esserci 27.403 presenze. Nello specifico, nella provincia di Treviso ci sono 7.729 residenti cinesi, e questa è la provincia con maggiori presenze, seguono Padova e Venezia.

La comunità cinese è sicuramente tra le più emblematiche e spesso evidenzia molte difficoltà di integrazione sia a causa dell'ostacolo linguistico, sia dovuto alle enormi differenze culturali; sono aspetti che incidono fortemente su questa comunità, che tende a chiudersi e a volte isolarsi nei confronti della società ospitante.

Don Giuseppe Xia Jingxiao, responsabile della comunità cattolica cinese di Treviso, mi ha dato la possibilità di avvicinarmi alla cultura cinese, illustrandomi gli aspetti caratteristici del loro modello alimentare e quali sono i cambiamenti che avvengono negli immigrati cinesi in Italia. Essendo lui a stretto contatto con molte famiglie cinesi, a cui spesso fa visita a casa, ha potuto darmi un'ampia visione su con una cultura evidentemente diversa e lontana dalla nostra. Inoltre, mi ha dato la possibilità di parlare con alcuni membri della comunità cinese che sono nati in Cina e si sono successivamente trasferiti qui in Italia, che cortesemente si sono offerti di rispondere alle mie domande.

4.1 Un modello fondante.

“... se da un punto di vista antropologico, si considera che la cucina cinese si definisce attraverso un insieme di pratiche che vanno oltre le mere procedure di esecuzione, che riguardano la preparazione degli alimenti, si può dire che essa sia fondata su un sistema alimentare omogeneo, un ricco patrimonio di derrate, un corpus di tecniche complesse, un’attrezzatura semplice, l’esistenza di un discorso gastronomico antico ed il riconoscimento dell’esercizio culinario come mestiere.”²⁹

Per quanto la Cina si estenda in una superficie molto ampia, le pratiche culinarie rimangono omogenee tra loro. Da nord a sud, da est ad ovest possiamo trovare una cultura culinaria che tramite le simili modalità di preparazione dei cibi costruisce un modello di pasto comune.

Il modello fondante associa un farinaceo, solitamente un cereale, ad altri cibi, carni e vegetali. Il primo, è considerato un alimento necessario alla sussistenza e simbolo di civilizzazione, mentre, le carni e le verdure sono considerati accessori, e scelti per soddisfare il piacere.

I nomi dei tre pasti principali illustrano senza ambiguità la funzione essenziale del cereale nel modello alimentare: zaofan, zhongfan, wanfan, che significano letteralmente «cereale cotto del mattino, di metà giornata, della sera».

4.2 il ricco patrimonio alimentare

Facendo un quadro generale di questa cucina, bisogna premettere che le condizioni climatiche di questa zona, favoriscono la disponibilità di qualunque materia prima. Grazie alle diversità geografiche e climatiche ma anche alla ricchezza della fauna e della flora, la cucina cinese ha un repertorio molto ampio di ingredienti consumabili. Ciò connota una cucina composta da un insieme di innumerevoli ricette.

Basti pensare agli svariati spuntini che possono avvenire durante tutta la giornata al di fuori dei tre pasti principali. Si tratta dei *dim sum* cantonesi, o nella lingua mandarina, *tien hsin* che significa “un tocco dal cuore”.³⁰ Tra questi possiamo trovare: i ravioli, i famosi involtini primavera, panini cotti al vapore con ripieno di carne e verdure, piccoli piatti con zampe o petti d’anatra, interiora servite cotte in mille modi diversi.

²⁹ *Atlante dell’alimentazione e della gastronomia*, II vol, *cucine, pasti, convivialità*, A cura di Massimo Montanari Françoise Sabban, Torino, p.506

³⁰ Mei hing, G. Marzotto, S. Tzi Hsi, *Cucina cinese. 186 ricette e un metodo facile per cucinare*, Milano, 1982, p. 45.

Molti spuntini vengono fritti e durante l'intervista, i membri della comunità, mi confidano che una delle grandi differenze sostanziale tra la cucina cinese e quella italiana è nella frittura. Loro ritengono la nostra frittura più "dolce" rispetto alla loro.

La ricchezza della cucina cinese è caratterizzata anche dal fatto che nella quotidianità sono grandi estimatori e conoscitori di verdure. Il sedano cinese, l'amaranto, il loto d'acqua, le castagne d'acqua, la zucca amara, sono solo alcuni esempi che fanno intendere come il numero di specie vegetali coltivate e consumate in Cina supera ampiamente l'insieme delle verdure e dei frutti conosciuti in Occidente. Le verdure oltre ad essere cotte e consumate in tempi brevi, vengono anche conservate tramite la macerazione in oli, salse di soia o aceti vari.

Anche gli intervistati, durante il colloquio, continuano a ribadire il grande utilizzo delle verdure, che non mancano mai anche nei loro pasti quotidiani in Italia, come il riso.

In Cina, il riso e il grano sono infatti tra i cereali principali e più nobili, ma ne possiamo trovare anche altri meno pregiati come: il miglio, l'orzo, il mais, il sorgo che vengono usati in alternativa da chi ha meno possibilità economiche, per raggiungere un equilibrato apporto di amidi nella dieta. Diversi tipi di pane sono comuni in tutta la nazione, ma ancora di più sono le innumerevoli qualità di pasta, che generalmente sono ottenute dalla farina di grano, ma anche da quella di riso e soia. La maggior parte delle paste di grano si presenta sottoforma di spaghetti che possono essere mangiati come semplice spuntino o costruire la base di un intero pranzo; oppure è frequente anche la pasta in brodo, alla quale vengono aggiunte carni e verdure, a formare un piatto caldo e nutriente.

Quando affronto il tema del riso nella comunità mi confidano che a loro non piace il nostro modo di cucinarlo. Loro lo cuociono a vapore per quaranta minuti, e la cottura di un quarto d'ora è troppo breve, perché risulta essere troppo crudo e di consistenza troppo dura per il loro palato.

I piatti di questa cucina però, non sarebbero gli stessi senza i loro condimenti dai sapori molto marcati. Sono largamente usati vari tipi di aceto in base al tipo di cereale fermentato. Quando affronto questo argomento con gli intervistati, mi espongono un problema: faticano a trovare alcune tipi di spezie ed alimenti particolari. Nelle grandi città riescono ad acquistarle più facilmente, ma nei piccoli paesi alcuni prodotti non arrivano. Per esempio, in Italia, non è molto diffuso l'olio di sesamo, che invece è un olio molto apprezzato nella cucina cinese. Questo non si trova facilmente nemmeno nei negozi alimentari cinesi, in cui trovano tutto ciò che serve per cimentarsi in piatti semplici, ma hanno difficoltà se devono preparare un piatto speciale.

Ma alla base della cultura cinese il condimento per eccellenza è la salsa di soia, in versione chiara, densa o aromatizzata. Questa però, non viene trasformata solo in condimento, ma bensì anche in latte di soia, che è una delle bevande più utilizzate in Cina, da cui si può ricavare il famoso formaggio cinese che viene chiamato *tofu*. La somiglianza con il formaggio non è naturalmente nel sapore, ma nella consistenza.

Alla maggior parte dei cinesi non piace né il burro né il formaggio, alimenti che invece noi italiani, utilizziamo quotidianamente nella nostra cucina. Questo perché non rientrano nella loro cultura culinaria perché la maggior parte di loro sono lattofobi.

Infatti, come scrive M. Harris: “ *Meno del 5 per cento degli adulti cinesi, giapponesi, coreani, altri popoli dell’Asia orientali sono in grado di assimilare il lattosio*”³¹. Harris puntualizza poi: “ *I cinesi, al pari degli altri popoli dell’est e sud est asiatico, non solo sono avversi all’uso alimentare del latte, bensì lo detestano*”³².

Nell’atlante dell’alimentazione e della gastronomia, F.Sabban scrive:

*“ il formaggio è un prodotto quasi del tutto sconosciuto in Cina, salvo che nella provincia dello yunnan, probabilmente grazie all’influenza di piccole minoranze etniche che riforniscono i mercati di tome fresche di latte di pecora e “sfoglie di latte”; questi prodotti caseari vengono sempre cucinati e mai mangiati così come sono ”*³³.

Il latte e i suoi derivati rimangono comunque dei prodotti assenti nel modello alimentare cinese, bensì, dopo gli anni ’80, abbiano avuto un leggero incremento di consumo nei centri urbani e tra la popolazione infantile; questo grazie al fatto che soprattutto negli ultimi anni c’è stato un aumento della produzione di latte cinese destinato soprattutto ai mercati esteri.

Tuttavia, l’aspetto interessante che emerge durante l’intervista è quando una ragazza cinese, mi racconta che lei da quando vive in Italia, oltre al latte di soia, beve anche latte bovino.

Un altro piatto cucinato nella quotidianità di tutta la cucina cinese è la zuppa. Se vogliamo collocare questa pietanza, all’interno di un pasto, questa viene alla fine. Ma, come sempre non c’è una regola tassativa.

Esistono zuppe dense e pregiate, come quelle di pinne di pescecane o di nidi di rondine, molto nutrienti, con carne, uova, funghi, e altri vegetali che vengono servite in ciotole, subito dopo gli antipasti. Ma La zuppa più comunemente consumata anche secondo la comunità cinese è un brodo vegetale molto limpido, con l’aggiunta di pochi pezzi di carne. Presa in

³¹ M.harris, buono da mangiare.... Op. cit. p. 134

³² Ivi, p. 135

³³Atlante dell’alimentazione e della gastronomia... a cura di M.Montanari e F. Sabban, op. cit. p. 508

piccoli sorsi durante il pasto ha la funzione di dissetare, mentre al termine, in misura più abbondante, predispone per un'ottima digestione.

La soia onnipresente nella cucina cinese non manca neppure nella preparazione di molti dolci, sottoforma di marmellata o gelatina per ripieni. Tuttavia, nonostante alimenti dolci esistano in numero infinito, in forma solida, liquida, caldi o freddi, il loro uso come dessert è assai limitato in Cina. La gente preferisce consumarli in occasioni di festività, ricorrenze o anche come semplici spuntini nella vita di ogni giorno. Anche la frutta di cui la Cina dispone in qualità innumerevoli per le condizioni climatiche favorevoli, non viene generalmente confinata a fine pasto, ma è consumata durante tutto l'arco della giornata.

Nella cucina cinese non esistono le divisioni fra primi piatti e secondi piatti, la procedura corretta è presentare l'assortimento principale delle vivande contemporaneamente, dopo gli antipasti e prima delle zuppe calde.

4.3 Le carni.

Nel patrimonio culinario cinese possiamo trovare alcune carni che vengono utilizzate un po' in tutta la Cina. La carne di maiale è molto apprezzata perché è tenera, ha la possibilità di essere cucinata in molti modi diversi e ha un sapore che si accompagna facilmente a tutti i contorni. Il pollo invece, riveste nella cucina cinese un ruolo fondamentale, ma è diverso da quello conosciuto in Italia e in Occidente che deriva dagli allevamenti delle grandi aziende.

Come scrive Mei Hing:

“In Cina, i polli vengono allevati nei cortili delle case e nelle fattorie, razzolano felici e indisturbati fino all'inizio dell'età adulta ed è essenziale che tra il momento dell'uccisione e quello del consumo sia passato il minor tempo possibile. Infatti nei mercati e per la strada viene venduto vivo.”³⁴

Nella cucina cinese possiamo trovare alcune prestigiose ricette a base di anatra che però è meno utilizzata del pollo, perché ha un sapore caratteristico e una consistenza particolare. Per questi motivi, ma anche perché meno economica del pollo, rimane un piatto da buongustai, come l'anatra laccata di Pechino.

³⁴ M. Hing, G. Marzotto, S. Tzi Hsi, *186 ricette e un metodo facile per cucinare*, Milano, 1982, p. 89

La carne di manzo sta entrando maggiormente nella cucina cinese negli ultimi anni, grazie all'aumento degli allevamenti. I membri della comunità cinese mi spiegano che qui in Italia mangiano principalmente carne di manzo e pollo. L'anatra invece, come in Cina, la mangiano più di rado, solo tre o quattro volte l'anno.

Per quanto riguarda i prodotti ittici, questi rivestono un ruolo di primaria importanza nell'alimentazione dei cinesi. Tant'è che l'ideogramma cinese che significa pesce ha la stessa pronuncia di quello che significa abbondanza e prosperità. Come racconta M.Hing:

“La carpa è il pesce più apprezzato, e diventa simbolo nella letteratura cinese per indicare la diligenza e l'ambizione del giovane studente che compete per raggiungere un posto nella gerarchia mandarina, cosa che richiede grande coraggio e sacrificio, come la carpa di una leggenda cinese che nuota controcorrente, nel tentativo di diventare un potente drago”³⁵.

4.4 I cinesi mangiano anche cibo italiano?

I membri della comunità cinese che ho intervistato mi hanno confessato che mangiano anche cucina italiana. Anche se su vari aspetti è una comunità ancora chiusa nella sua cultura di origine, per quanto riguarda i modelli alimentari stanno iniziando ad integrare nella loro dieta quotidiana alcuni piatti del nostro modello.

Mi confidano che le difficoltà di adattamento alla nostra cucina sono notevoli per un cinese, le culture alimentari sono molto diverse, ad iniziare dalle bevande. Loro non amano le bibite fredde insapori, non concepiscono come noi possiamo bere così tanta acqua. Infatti il popolo cinese è famoso per essere grandi conoscitori di tè. Don Giuseppe Xia durante l'intervista esclama: “l'acqua fredda non piace ai cinesi”. Già, perché i cinesi, soprattutto nei mesi freddi, bevono durante tutta la giornata principalmente bevande calde.

Don Giuseppe Xia, spiega infatti, che per un cinese non è facile adattarsi ad un'altra cultura culinaria e che il cambiamento necessita di molto tempo e mi confida che nelle numerose visite alle famiglie cinesi, ha notato che queste vivono qui ormai da dieci o venti anni e continuano a cucinare principalmente piatti cinesi, come il riso o la pasta che ne deriva, accompagnati con molti tipi di carni e verdure. Mi spiega che il problema principale di integrazione nel modello alimentare si evidenzia soprattutto nelle persone immigrate di prima generazione. Un po' meno difficoltà trovano piuttosto gli immigrati cinesi di seconda

³⁵ Ivi, p. 79

generazione, che non hanno conosciuto direttamente la tradizione del loro paese di origine. I giovani in generale, pur rimanendo legati alla cultura culinaria cinese sono comunque leggermente più aperti al cambiamento, soprattutto perché frequentando ambienti come le scuole, si abituanano con più facilità al cibo italiano. Anche in questa comunità emerge che i giovani di nazionalità cinese nati in Italia, si allontanano più facilmente dalla loro cultura, mentre i giovani trasferiti successivamente tendono a rimanere più legati alla cultura culinaria di origine.

Come la comunità marocchina, alcuni cinesi, mi confidano che a casa, qualche volta, usano mangiare la pasta condita con pomodoro e/o tonno, perché a loro piace ma soprattutto risulta un piatto veloce da preparare quando sono di fretta. Una ragazza mi specifica che il padre lavorando in un'azienda italiana, durante il pranzo mangia sempre cibo italiano, poi quando la sera torna a casa, ritorna anche alle sue tradizioni culinarie.

4.5 Gli stili regionali della cucina.

Per quanto la cucina cinese fornisca nel suo insieme un'immagine omogenea di una pratica prestigiosa, la cucina non è costituita, tuttavia, da un repertorio realmente nazionale.

In Cina si è sviluppata l'idea di stile culinario legato ad uno spazio geografico; essendo la Cina una nazione molto grande, e per quanto sia costituita da un sistema alimentare fondante, quando si parla della sua cucina bisogna fare una distinzione in base alle quattro aree di influenza che la caratterizzano: Cucina Settentrionale, Cucina Meridionale, Cucina Orientale e Cucina Occidentale.

Anche don Giuseppe Xia mentre racconta dei vari aspetti della cultura culinaria cinese, sottolinea più volte la differenza tra le varie cucine, pur mettendo sempre davanti a tutte, i cereali.

La cucina cinese del nord si identifica principalmente con quella della capitale Pechino. Gli abitanti del bacino settentrionale amano gli aromi forti: aglio, aceto e salsa di soia. Anche tra le carni troviamo gusti incisivi, come la carne di montone, di agnello, ma anche di pecora. L'alimento principale è il grano con il quale si preparano diversi tipi di pasta, frittelle e focacce. Per quanto riguarda la verdura, quella più coltivata è sicuramente il cavolo cinese con cui si preparano una grande quantità di piatti, soprattutto "zuppe".

Grazie alla presenza del Fiume Giallo ricco di carpe, la base di molti piatti è proprio questo pesce, ma la ricetta per buongustai rimane per eccellenza la celebre "anatra laccata di Pechino".

La cucina cinese dell'est invece, è ricca di molti tipi di carne, pesce e salsa di soia, anche scura, in virtù della qualità di questa materia prima prodotta nella regione. Le cotture sono molto lente e prediligono gli stufati, i bolliti ed i brasati.

Come scrive Françoise Sabban:

“La regione di Shangai è sicuramente la più produttiva, dal punto di vista agricolo, di tutta la Cina ed è per questo motivo che alimenti come il riso, il frumento, l’orzo, il mais, i fagioli, la soia e tutte le verdure in generale, sono molto presenti nella dieta locale. Grazie alla presenza di innumerevoli laghi e stagni, Shangai è costantemente rifornita di anatre, anguille, pesci d’acqua dolce, rane e crostacei³⁶”.

La cucina cinese dell’ovest, in cui si trova la provincia di Sichuan, fa il maggiore uso di spezie ed è ricca di cotture piccanti ed affumicate con foglie di tè. È la cucina che si accosta maggiormente ai gusti della vicina India e della sua gastronomia. Qui si mangia soprattutto riso glutinoso, cotto nel suo amido per essere poi intinto nei cibi. Molto utilizzati sono i “chilis”, dei peperoncini piccantissimi, che vengono solitamente serviti con altre verdure, aglio e cipolla. Ugualmente utilizzati sono gli arachidi, gli anacardi, i semi di sesamo e le noci, coi quali si accompagnano molto spesso le carni che vengono fritte nel grasso bollente e poi rotolate sui semi o gherigli vari.

“Anche nello Sichuan, come in tutta la Cina, sono molto utilizzate le salse che vengono preparate con la colla di sesamo. Ed è sempre in questa regione che si possono trovare sulle tavole la carne di cervo e di coniglio, oltre ad una serie di cibi “particolari” come gli “armadillo”, le “lumache” ed i “serpenti”.³⁷”

Ma quando noi italiani parliamo di cucina cinese, spesso ci riferiamo ai piatti che ci vengono proposti nel nostro Paese, che si limitano però solitamente ad eseguire le ricette della cucina del sud. Come mi hanno spiegato, durante l’intervista, questa cucina è quella più dolce e che riesce ad avvicinarsi maggiormente ai gusti occidentali.

Grazie al suo clima subtropicale, contiene un ricco patrimonio di verdure, e i piatti sono arricchiti dall’uso delle spezie e dalla frutta. Le carni utilizzate sono principalmente di pollo, di maiale e di pesce. Gli abitanti di questa zona apprezzano in modo intensivo il riso e le

³⁶ *Atlante dell’alimentazione e della gastronomia*, a cura di F. Sabban e M. Montanari, op. cit p. 493

³⁷ *ibidem*

cotture al vapore ed in olio bollente allo scopo di rendere croccanti i cibi. In questa cucina troviamo i piatti da noi più conosciuti come il riso alla cantonese, gli spaghetti di soia, gli gnocchi di riso con verdure.

4.6 I ristoranti cinesi in Italia

Anche se i piatti tipici della cucina cinese sono conosciuti ed apprezzati internazionalmente, grazie in particolar modo alla diffusione, in occidente, di ristoranti etnici, la maggior parte dei ristoranti cinesi qui in Italia non rispecchiano la loro tradizione, in quanto le ricette sono spesso adattate per renderle più appetibili al gusto occidentale.

“La cucina cinese è una delle più rinomate del mondo, ma anche una delle più diffuse in una sua versione mediocre, a buon prezzo e stereotipata. Si tratta di un paradosso che ne rende difficile una buona conoscenza.”³⁸

Don Giuseppe Xia e i suoi amici, specificano anche che nella cucina cinese è di fondamentale importanza la figura professionale dello *chef*, o come lo chiamano loro, “il maestro”. Il problema è proprio questo: per il cuoco cinese, l’acquisizione del mestiere è lunga e necessita di molti anni di esperienza; perciò non è facile trovare un ristorante in Italia, con veri professionisti che abbiano realmente acquisito l’esperienza necessaria. Spesso sono persone con poche conoscenze e competenze ad avviare questo tipo di attività; e mentre nelle grandi città, come Roma e Milano, è possibile trovare un ristorante cinese eccellente, nei paesi più piccoli diventa molto più difficile.

4.7 Le festività

“*Dzong tsau*”, la Festa della Luna, nota anche come Festa di mezz’autunno, cade il quindicesimo giorno dell’ottavo mese lunare, esattamente nel mezzo della stagione, quando il caldo dell’estate cede il suo posto al fresco dell’autunno. Questa festa è una delle principali ricorrenze tradizionali cinesi:

³⁸ *Atlante dell’alimentazione e della gastronomia... II vol.* a cura di F.Sabban e M.Montanari, op cit. p. 476

“Le origini di questa celebrazione sono molto antiche, le prime testimonianze risalgono al tempo dell'imperatore Wu Di (156- 87 a.C.) della dinastia Han, che iniziò a festeggiare l'astro con tre giorni di banchetti passati contemplando la luna...³⁹”

In questo periodo terminano i raccolti estivi, in tutta la Cina, mentre, quelli autunnali devono iniziare. Per questo diventa un periodo di transizione. Le famiglie cercano di riunirsi il più possibile, perché la luna piena simboleggia il ritrovarsi.

Durante l'intervista ho chiesto, se da quando si sono trasferiti in Italia, usassero celebrare le feste della tradizione cinese. Loro rispondono, che rimane un'occasione importante per riunirsi con famigliari ed amici, ma in piccoli gruppi a causa delle molte difficoltà per ritrovarsi, visto che molte famiglie abitano distanti tra loro e non hanno i mezzi per raggiungerli.

Mi raccontano anche che per questa occasione ci sono alcuni piatti che sono molto importanti, tra cui un dolce che si chiama “zong zi”. È una specie di sacchettino di riso a forma piramidale avvolta nelle foglie di bambù. Mi confidano che lo mangiano anche durante la domenica perché a loro piace molto ed è una ricetta conosciuta ed utilizzata da tutta la popolazione cinese.



Un'altra ricorrenza, forse la più importante nella cultura cinese è la festa di primavera, in cinese “chunjie”. Questa infatti, è la festa celebrata maggiormente in tutta la Cina, ma anche dai cinesi che sono migrati in paesi stranieri.

La festa di primavera è l'originale capodanno cinese, il cui nome è stato sostituito nel 1912, quando con l'avvento della Repubblica cinese, venne abolito il tradizionale calendario lunare ed inserito quello gregoriano. Oggi i festeggiamenti durano quindici giorni, durante i quali avviene uno scambio di regali e un'aggregazione della famiglia attraverso la tavola

e la cucina. La preparazione dei ravioli, che avviene prima del capodanno, da parte di tutti i membri della famiglia, basta per capire quanto sia importante l'intesa familiare durante questi giorni. Don Giuseppe Xia mi spiega che questa è una delle poche occasioni in cui i cinesi che vivono in Italia, anche quelli provenienti dai piccoli paesi, cercano di riunirsi in grandi gruppi. Poi, mi mostra delle foto, tra cui quelle qui sopra, dove sia le donne che gli uomini si impegnano assieme a prepararsi per i festeggiamenti della vigilia del capodanno.

³⁹ Chef Kumalé, *il mondo a tavola...* op.cit. p. 110

4.8 La Cucina medicinale.

Esiste un aspetto poco conosciuto della Medicina Tradizionale Cinese: la dietoterapia. Ovvero una tecnica terapeutica che utilizza i cibi sia per curare disturbi e malattie, sia per mantenere la salute.

Questa si basa su due concetti: il primo riguarda la salute del corpo, che è dovuta al corretto fluire dell'energia vitale e a un costante equilibrio tra le due polarità di tale energia, cioè Yin e Yang; la malattia è causata dagli squilibri tra Yin e Yang e dalle alterazioni del flusso dell'energia.

La seconda invece, riguarda gli elementi che caratterizzano il cibo: la natura (cioè capacità di conservare e disperdere l'energia), il sapore, l'aspetto, la provenienza, la temperatura, il grado di idratazione e infine anche il tipo di cottura. Ciascuno di questi elementi è più Yang o più Yin. Per esempio: il cibo scuro è Yin mentre quello colorato è Yang, quello che cresce sotto terra è Yin, quello che vive tramite la luce solare è Yang.

Ciò detto, è chiaro che conoscendo le caratteristiche dei cibi e scegliendo quelli più adatti alla situazione si possono curare ,quegli stati di squilibrio che sono le malattie, i disturbi.

I membri della comunità cinese mi spiegano che per esempio, usano alcune tisane e oli per curarsi: per il raffreddore bevono una tisana a base di zenzero e zucchero di canna e ne basta una dose per sentirsi meglio e questo lo utilizzano ancor oggi che vivono in Italia.

La spiegazione di don Giuseppe Xia è molto chiara:

“Come esiste maschio e femmina, cielo e terra, montagna e mare, fuoco e acqua, anche nella cucina i sapori possono compensarsi creando equilibri come l'abbinamento del dolce salato o l'agrodolce tipiche della nostra cucina”.

Continuano a raccontarmi come nelle bevande tipiche, come il tè, di cui ne esistono varie specie, possono attribuire ad ognuno di essi una loro funzione: quando una persona si sente debole e ha bisogno di riprendersi somministrano del tè rosso. La debolezza viene rappresentata da una carenza di energia e il nostro corpo sente il freddo che viene compensato dal rosso del tè attribuito invece al fuoco e quindi in questo il nostro corpo riesce ad raggiungere l'equilibrio. Al contrario d'estate quando fa molto caldo sono abitudinari a bere del tè verde a cui associano al colore una caratteristica che sottrae calore e anche in questo caso va ad equilibrare la temperatura del corpo.

Oggi, la cucina medicinale, non viene applicata solo quando una persona non è in salute, ma anche, cercando nei piatti l'equilibrio per soddisfare il piacere. A differenza della carne di maiale che è neutra, prendendo come esempio, la carne d'agnello, mi spiegano che essa ha un sapore molto forte e per trovare un equilibrio dovrà essere cucinato con ingredienti delicati. Questa filosofia è radicata profondamente nella loro cultura, anche se i giovani la stanno piano piano abbandonando.

Françoise Sabban, nell'atlante dell'alimentazione e della gastronomia, afferma infatti:

*“ ... Ora in Cina, come in Europa e altrove, la cucina non è soltanto l'espressione di una volontà di nutrirsi secondo i canoni di una dietetica. Certo, le pratiche alimentari comuni fanno implicito riferimento ai principi generali della dietetica tradizionale, ma questo esattamente come le regole dei regimi alimentari occidentali si basano sui principi alimentari della moderna alimentazione. La conoscenza di queste regole non ci impedisce in alcun modo di infrangerle, abbandonandoci ad una golosità a volte poco salutare. I cinesi non sono in questo diversi da noi. ”*⁴⁰

⁴⁰ Atlante dell'alimentazione e della gastronomia, a cura di F.Sabban e M.Montanari, pag 505

5. La Comunità Bangladese.

Gli stranieri residenti in Veneto, provenienti dal Bangladesh, hanno raggiunto secondo i dati ISTAT al 31 dicembre 2009, le 17.350 presenze. Vorrei sottolineare su questa comunità la grande disomogeneità tra le presenze maschili che risultano 11.092 e quelle femminili che invece sono solo la metà 6.258; sono in pochi dunque, ad aver raggiunto il ricongiungimento familiare. Venezia con 6.378 residenti bangladesi, è la seconda provincia, dopo Vicenza con il maggior numero di immigrati bangladesi.

L' intervista si è svolta nei pressi del comune di Jesolo in provincia di Venezia, città balneare che ospita un gran numero di bangladesi soprattutto d'estate, mentre durante l'inverno una parte di loro si sposta in altre zone del Veneto, oppure tornano nel loro Paese per pochi mesi. Ho intervistato prima i dipendenti di un'azienda agricola di Jesolo e quelli di un "Bangla Market".

Da pochi anni è nata l'Associazione Culturale "Bangladesh" di Jesolo, questo connota uno sviluppo sempre più ampio nei confronti di una comunità organizzata.

I bangladesi da me intervistati erano tutti maschi, solo uno di loro è sposato e vive con la moglie in Italia, professano la religione musulmana, che in Bangladesh è quella maggiormente praticata (89,7%), ma esiste anche una considerevole minoranza che aderisce all'induismo (9,2%). L'Islam rimane comunque la religione di stato del Bangladesh, ma altre religioni possono essere praticate in armonia.

5.1 "Quando si ha fame si mangia tutto"

Vorrei precisare che il Bangladesh è uno degli Stati più densamente popolati al mondo (più di 1.000 abitanti per km²) ed ha un altro tasso di povertà (il suo PIL pro capite nel 2010 è stato di 1.572 \$, rispetto ad una media di 10.350 \$)⁴¹. Dunque la maggior parte degli immigrati bangladesi sono qui per combattere la povertà delle famiglie nel loro paese di origine. Sono spesso ragazzi che hanno sofferto la fame ed il loro comportamento rispetto al cibo è: "quando si ha fame si mangia tutto". Bisogna anche considerare che la maggior parte degli immigrati di questa comunità sono di sesso maschile e non vivendo insieme ad altre donne, risulta più difficile per loro, praticare la tradizione culinaria del Paese di origine; tuttavia, si possono trovare anche delle eccezioni, come due degli intervistati titolari di un negozio di

⁴¹Tratto da fondo monetario internazionale: www.imf.org

alimenti Bangladesi, che si possono permettere larga disponibilità di derrate. Cambia completamente l'atteggiamento dell'intervistato che vive in Italia con moglie e figli, che probabilmente vivendo insieme una situazione di stabilità familiare ed economica, possono permettersi di acquistare con abitudine i prodotti tipici. Inoltre essendoci una figura femminile che si occupa delle pratiche culinarie, tutta la famiglia può mantenere il proprio modello alimentare con più facilità.

Premesso questo, alla mia domanda se mangiano gli stessi alimenti che mangiano in Bangladesh, tutti loro rispondono che mangiano sia piatti della cucina tipica bangladesi, che i piatti della cucina italiana.

Nell'intervista emergono però che alcuni di loro hanno uno scarso interesse alla cucina tipica del loro Paese, una parte dei ragazzi che vivono qui da soli, danno più importanza al fatto che "il cibo è cibo" e "la fame è fame". Non sono infatti, molto interessati da dove proviene o come viene cucinato, basta che non sia maiale e l'importante è che sia cibo.

In generale comunque, i membri di questa comunità si sono adattati ed integrati mangiando quando necessario, nei luoghi di lavoro o a scuola, cibi italiani; mentre mangiano cibi bangladesi quando tornano a casa nella loro intimità.

5.2 modello alimentare bangladesi.

La cucina fa riferimento al modello della cucina bengalese perché il Bangladesh assieme allo Stato Indiano del Bengala Occidentale, forma la regione etno-linguistica del Bengala⁴².

La cucina del Bangladesh incorpora molti elementi arabo-persiano e l'utilizzo di manzo che lo distingue fortemente dalla cucina del Bengala dell'ovest in India. Rimane comunque molto influenzata dalla vicina India e contiene al suo interno anche notevoli varianti regionali.

Gli alimenti base in tutto il paese sono il riso, vari tipi di lenticchie, conosciute localmente come "*dal*" (a volte scritto come "*daal*") e molti tipi di pesce.

Il Paese si trova nella parte inferiore del Delta dei fiumi Gange e Brahmaputra e a causa di questi, spesso, una buona parte del territorio è soggetta a intense alluvioni, per questo non sorprende che il pesce sia fonte principale di proteine nella dieta del Bangladesh. C'è anche un detto che cita: "Machh-e-Bhat-e-Bangali", ovvero: "pesce e riso fa un bengalese".

⁴². Gli attuali confini derivano dalla divisione dell'India e del Bengala del 1947, quando i territori con prevalente popolazione musulmana dell'India britannica si separarono da quelli con prevalente popolazione Hindu, per formare lo Stato del Pakistan, suddiviso in: Pakistan Occidentale e il Pakistan Orientale. Discriminato politicamente, economicamente e linguisticamente portarono il Pakistan Orientale a ribellarsi al dominio della parte occidentale e nel 1971, con l'aiuto dell'India, diede vita all'attuale Bangladesh.

Infatti, anche nel negozio di alimenti bangladesi c'erano molti tipi di pesce surgelati che provenivano dal Bangladesh ma anche dalla Thailandia, tra cui addirittura delle carpe con un peso di circa venti chili.

Tutto il bengala è anche ricco di canna da zucchero, tuberi, palme di cocco, e i bengalesi sono adoratori di fini combinazioni di aromi, gusti e consistenze.

Come ingredienti alimentari si utilizzano materie prime inconsuete e non si spreca quasi nulla:

“le teste di pesce che altrove vengono buttate, sono cucinate con riso o usate per dare gusto a piatti di legumi. Le banane verdi acerbe sono affettate e fritte come crocchette; il midollo del fusto del banano, privato delle componenti astringenti diventa un croccante stuzzichino; i fiori di banano sono staccati con cura e affumicati in un involto di foglie di banano...”⁴³”

Una parte integrante della cucina del Bangladesh è il manzo, la cui presenza è d'obbligo soprattutto in feste e banchetti. Il Kebab di manzo è molto popolare in tutto il Paese, visto che la maggior parte della popolazione è musulmana, mentre gli induisti, che invece ritengono questo animale sacro, non se ne cibano; l'animale che invece non è molto diffuso è il maiale, vietato dalle leggi della religione islamica.

Parte integrante della cucina del Bangladesh è il montone, la cui presenza è d'obbligo soprattutto in feste e banchetti, ma viene consumato anche quotidianamente con una vasta gamma di ricette o servito come kebab.

I sapori più importanti nella cucina del Bangladesh sono l'aglio, il limone, e moltissime spezie, tra cui: lo zenzero, il coriandolo, il cumino, la curcuma (chiamata anche zafferano delle indie), e il peperoncino.

Quando parliamo di spezie, mi dicono che ormai qui in Italia riescono a trovare tutto, grazie l'importazione dei prodotti dal Bangladesh, dalla Thailandia e dall'India. Non ci sono molte difficoltà nello trovare spezie, infatti il negozio che ho visitato ne aveva di svariati tipi, tra cui il curry, e altre che erano piuttosto un mix come: il pepe, il coriandolo, il cardamomo, il finocchio, l'alloro e i chiodi garofano.

Inoltre, mi spiegano che i tipi di verdura che si trovano qui sono molto simili ai loro, mentre per quanto riguarda la frutta, anche se ormai si trovano molti prodotti asiatici anche qui in Italia, la pera è più dura, mentre da noi è più molle. Poi fanno un cenno al prezzemolo: da loro

⁴³ *Atlante dell'alimentazione e della gastronomia*. A cura di M. montanari. F. Sabban, op. cit p.560

ha un sapore più incisivo ed è diverso e qui non si trova, dunque si adattano a sostituirlo con il prezzemolo occidentale.

Nel Bangladesh, pur essendoci un modello alimentare omogeneo, possiamo trovare al suo interno delle varianti regionali, in termini di piatti e stili di cottura.

La popolazione del sud, essendo vicino al mare, tende ad avere un uso maggiore di pesci d'acqua salata e un largo uso del cocco; mentre al nord-est troviamo molte specie di frutta e, grazie ad un grande numero di laghi, la cucina offre molti tipi di pesce d'acqua dolce.

La cucina della zona centrale del Bangladesh invece fa uso maggiore di carne rispetto le altre zone; ad ovest e nord- ovest, il curry ed in generale tutte le spezie, vengono usate abbondantemente all'interno dei piatti.

A parte queste differenze, tutti i bangladesi sono amanti dei dolci, che adorano aromatizzare con cardamomo e cannella per insaporirli. Per questi piatti è largamente utilizzata la farina di ceci, ma anche, la farina di riso e la farina di cocco, e prediligono la cottura di piccole dolci fritti.

Durante l'intervista, da grandi estimatori di dolci, mi confidano che loro vanno pazzi per i dolci italiani e per le nostre caramelle, che usano sempre portare in grande quantità quando tornano in Bangladesh.

5.3 Il mese di Ramadan e le festività

I bangladesi, fanno parte, come i marocchini della comunità islamica, hanno perciò regole alimentari uguali e stesse festività, quello che cambia sono alcuni aspetti della cultura.

Quando chiedo loro di parlarmi del mese di Ramadan rimango davvero stupita dalla loro risposta.

Mi spiegano che per i bangladesi musulmani che lavorano qui in Italia, non è facile seguire il digiuno soprattutto nei mesi caldi. Dunque, si limitano a digiunare per pochi giorni o addirittura non rispettano il digiuno per questo periodo. Specificano che le donne lo praticano perché rimangono a casa e qualcuno esclama addirittura: "il tempo per pregare si trova quando si è vecchi, i giovani devono lavorare". Ciò evidenzia, quanto sia importante il lavoro nella loro vita per riuscire a sfamare le famiglie nel paese di origine e in Italia, ma fa emergere anche, un vero e proprio allontanamento di uno dei cinque pilastri della religione islamica.

Per quanto riguarda invece le feste, questa comunità, a differenza di quella marocchina, festeggia in modo diverso la festa della rottura del digiuno, spiegata nel capitolo due. "*Ayd-al-fitr*", inizia per la comunità dei bangladesi la sera prima e usano riversarsi nelle strade,

colme di bancarelle ricolme di cibo cucinato per le strade. Dopo la preghiera, si radunano a festeggiare a tavola con fagottini ripieni di carne e spiedini di carne tritata e spezie, il loro sheek kebab.

Mentre durante la festa del sacrificio, “*Al-Ayd- al- Kabir*” la differenza dalla comunità marocchina sta proprio nella bestia da sacrificare. Mentre per la prima comunità l’animale sacrificale è il montone, per i bangladesi è il bovino. Sicuramente questa è dovuta anche alla grande disponibilità e diffusione in quella zona di questo animale, grazie anche alla vicinanza con l’India, nella quale però l’animale è ritenuto sacro. Durante l’intervista infatti mi spiegano che induisti e musulmani convivono abbastanza serenamente nel loro Paese, la differenza è che loro non mangiano maiale e gli induisti non mangiano la carne bovina.

Queste sono le ricorrenze festeggiate principalmente nel loro Paese ma anche in Italia, mentre mi confidano che l’anniversario di Maometto viene festeggiato solo dagli anziani, ma i giovani stanno abbandonando questa festa e stanno diventando meno tradizionalisti.

Il signore che vive qui con la famiglia mi racconta che suo figlio e i suoi nipoti andando a scuola festeggiano anche il Natale, anche se non è una festa della loro cultura, rimane comunque un buon modo per festeggiare.

5.4 I divieti religiosi.

La religione islamica, come spiegato nel capitolo della comunità marocchina, pone il divieto di consumo di alcool e della carne di maiale.

Chiedendo loro se usassero bere alcool la loro risposta è stata per alcuni ambigua, mentre per altri molto chiara. Alcuni di loro, con sincerità mi confidano che da quando vivono in Italia bevono anche bevande alcoliche perché non hanno paura. In Bangladesh, essendo l’Islam la religione di Stato, bere alcool è illegale e possono essere puniti con delle multe o addirittura la galera; per questo in Italia si sentono più liberi e infatti durante l’intervista ai dipendenti dell’azienda agricola, il loro titolare italiano, mi spiega che nel pomeriggio un ragazzo bangladesi aveva portato una bottiglia di vino rosso per festeggiare con gli altri l’ultimo giorno di lavoro prima di tornare a casa. La trasparenza viene invece a mancare in una parte degli intervistati bangladesi titolari del negozio etnico che, non ammettono di bere bevande alcoliche pur avendo tra gli scaffali un’enorme quantità di alcool. Quando chiedo la motivazione della vendita di questo prodotto, ridono e mi rispondono che sono principalmente gli italiani ad acquistarlo; poi ammettono che in piccola parte, anche i loro connazionali lo usano

Riguardo al maiale chiedo loro se in Italia mangiano questo tipo di carne, ma rispondono che tassativamente si rifiutano e a differenza del divieto dell'alcool a cui trasgrediscono, al divieto del maiale è strettamente rispettato. Anche nei luoghi di lavoro non accettano di mangiare questo tipo di carne e per i figli che mangiano a scuola, richiedono la sostituzione di questa con un'altra. I tipi di carne, esclusivamente macellate con il rituale della macellazione islamica, che vendevano nel "Bangla Market" erano: bovino, agnello e gallina, ma anche anatra e pollo.

6. Conclusioni

Prendendo in considerazione alcune comunità di stranieri presenti nel Veneto e studiando i loro modelli alimentari, è emerso che il processo di acculturazione avviene in maniera differente tra i gruppi. I sistemi alimentari delle comunità analizzate stanno subendo dei cambiamenti per riuscire ad adattarsi al nostro modello e convivere con la nostra società.

A parte poche eccezioni che si possono incontrare in tutti i gruppi, dalla mia esperienza, posso constatare che tra le comunità analizzate, quella marocchina risulta avere il maggior tasso di integrazione. miglior esempio di integrazione. Questo gruppo infatti, riesce sia a mantenere le proprie tradizioni legate alla loro cultura, come il rispetto del digiuno durante il mese di Ramadan, sia ad adattarsi al modello alimentare italiano senza grandi difficoltà, cucinando piatti come la pasta, durante la settimana.

La comunità cinese, probabilmente per le enormi differenze nel sistema alimentare e in generale la distanza culturale che divide i nostri paesi, tende in maniera evidente a prendere maggiormente le distanze dalla cultura del nostro Paese. Attua un processo di separazione, più che di integrazione, soprattutto per quanto riguarda la prima generazione di immigrati che anche dopo moltissimi anni che vivono in Italia non integrano nella loro dieta nessun alimento italiano e che rimangono strettamente legati alla cucina del paese di origine.

Per quanto riguarda invece, la comunità bangladesca il discorso si fa più complesso. Il loro modello alimentare è strettamente collegato con la loro religione. Nel momento in cui, questa comunità migra nel nostro paese accantona alcuni precetti religiosi, tra cui le regole alimentari come il divieto di assumere alcool, e il digiuno durante il mese di Ramadan, assimilando in questo modo la cultura del nostro paese. Ma se prendiamo in considerazione il loro sistema escludendo i precetti religiosi emerge una perfetta integrazione: rimangono legati alla cultura di origine e si adattano al modello alimentare italiano.

L'adozione di nuovi cibi è un lento percorso di avvicinamento alla nuova cultura, ma l'alimento che ha avuto minori difficoltà ad entrare nelle abitudini alimentari delle comunità analizzate è la pasta, l'alimento che identifica gli italiani nel mondo.

Resta evidente un aspetto simile tra tutte: la prima generazione di immigrati, rimane maggiormente ancorata al modello alimentare del paese di origine, mentre la seconda generazione, tende generalmente ad uscire dai rigidi schemi e ad aprirsi maggiormente alla cultura del paese ospitante integrando la loro dieta con nuovi piatti.

Queste considerazioni rimangono personali, frutto della mia diretta esperienza e che potranno essere usate in un futuro, come spunto per un' inchiesta più dettagliata.

Bibliografia, leggi, tesi e ricerche

Bibliografia

- A. Khezraji e L. Gasparin, 2000, *Uomini blu o vu cumprà. Esperienza e ricerca sull'immigrazione nel Veneto e nel trevigiano*, Treviso, Hilal cooperativa società
- M. Hing, G. Marzotto, S. Tzi Hsi, *la cucina cinese. 186 ricette e un metodo facile per cucinare*, Milano, 1982, mondadori Editore
- *Enciclopedia delle religioni in Italia*, 2001, A cura di CESNUR e M. Introvigne Torino, Editrice Elledici
- *Atlante dell'alimentazione e della gastronomia, secondo volume, cucine, pasti, convivialità* 2004, a cura di M. Montanari, F. Sabban, Torino, Editrice Torinese S.p.a.
- Chef Kumalé, 2007, *Il mondo a tavola. Precetti, riti e tabù,,*, Torino, Giulio Einaudi Editore s.p.a
- M. Salani, 2007, *A tavola con le religioni*, Bologna, Edizioni Dehoniane Bologna
- M. Montanari, 2008, *Il cibo come cultura*, Bari, Editori La Terza
- M. Harris, 2008, *Buono da mangiare. Enigmi del gusto e consuetudini alimentari*, Torino, Giulio Einaudi Editore s.p.a.
- P. Piazzesi, 2008, *La cucina marocchina*, Firenze, editore Bonechi,
- F. Meneghetti, 2009, *non chiedermi da dove vengo, ma come vivo. Treviso: Le seconde generazioni di immigrati si raccontano.,* Treviso, Istresco.
- *Alimenta. Il cibo tra scienza e cultura*, 2010, A cura di D. Gasparini e S. Rodato, Museo di storia naturale e archeologia di Montebelluna
- A. Perin, 2009, *Ricette scorrette. Racconti e piatti di cucina meticcias*, Milano Elèuthera Edizioni
- V. Minichini, 2010, *Per una bioetica dell'alimentazione*, Napoli, Luciano Editore
- *Il Corano*, 2010, traduzione a cura di Hamza R. Piccardo, Roma, Newton Grandi Tascabili Economici
- Franconie H., Chastenet M. et Sigaut F., *Couscous, boulgour et polenta. Transformer et consommer les céréales dans le monde*, Paris, Karthala, 2010

- B. Blackler F., 2002, *Metodo Halal*, Slow messaggero di gusto e cultura, numero 26
- L. von Bertalanffy, *General System Theory. Development, Applications*, George Braziller, New York, 1968, trad. it. *Teoria Generale dei Sistemi*, 2004, (citato da Pravettoni R., 2009, *il cibo come elemento di identità culturale nel processo migratorio*, in <http://www.ricercageografica.blogspot.com>)
- H. Benkheira M., 2002, *Purché sanguini*, slow messaggero di gusto e cultura, n.24
- H. Benkheria M., 2001, *Divieti Islamici*, slow messaggero di gusto e cultura, n.23
- *Caritas/Migrantes Africa- Italia scenari migratori*, a cura di Nanni M., Franco Pittau. Idos Edizioni, 2010, Report in <http://www.caritasitaliana.it>
- *Gli immigrati marocchini in Italia e in Veneto*, 2007, a cura di Fincati V. e regione Veneto, Report in <http://www.venetoimmigrazione.it>
- *Immigrazione straniera in Veneto, Rapporto 2011*, a cura dell'Osservatorio Regionale Immigrazione, Report in <http://www.venetoimmigrazione.it>

Decreti legislativi

- -1980, Decreto Ministeriale 11/06/1980 “Autorizzazione alla macellazione degli animali secondo i riti religiosi ebraico e islamico”. Il ministero della sanità di concerto con il ministero dell'interno.
- -1998, Decreto Legislativo 1/09/1998, n. 333, "Attuazione della direttiva 93/119/CE relativa alla protezione degli animali durante la macellazione o l'abbattimento", Gazzetta Ufficiale n. 226 del 28 settembre 1998

Tesi e ricerche

- Mutton M., 2007-2008, *Una comunità bangladese tra integrazione e chiusura: le donne e il lavoro sognato*, Relatore Novello Paglianti G., Facoltà di psicologia, Università degli studi di Padova, <http://www.cestim.it/sezioni/tesi>
- Barban N., 2006, *Le seconde generazioni di immigrati tra integrazione ed esclusione sociale*, Relatore Dalla Zuanna G., Facoltà di Scienze Statistiche, corso di laurea in Scienze Statistiche, Demografiche e Sociali, Università degli studi di Padova, <http://tesi.cab.unipd.it>

- Pravettoni R., 2009, *il cibo come elemento di identità culturale nel processo migratorio*, in <http://www.ricercageografica.blogspot.com>

Sitografia

- <http://www.islam-online.it> (ultima consultazione 14 ottobre 2011)
- <http://archivistorico.corriere.it> (ultima consultazione 14 ottobre 2011)
- <http://editore.slowfood.it> (ultima consultazione 19 ottobre 2011)
- <http://it.wikipedia.org> (ultima consultazione 21 ottobre 2011)
- <http://www.cestim.it> (ultima consultazione 21 ottobre 2011)
- <http://www.immigrazioneoggi.it> (ultima consultazione 29 ottobre 2011)
- <http://www.taccuinistorici.it> (ultima consultazione 29 ottobre 2011)
- <http://www.globalgeografia.blogspot.com> (ultima consultazione 30 ottobre 2011)
- <http://www.halalitaly.org/> (ultima consultazione 23 novembre 2011)
- <http://www.aldopavan.it> (ultima consultazione 24 novembre 2011)
- <http://www.bamli.it> (ultima consultazione 28 novembre 2011)
- <http://www.governo.it> (ultima consultazione 28 novembre 2011)
- <http://www.regione.veneto.it> (ultima consultazione 29 novembre 2011)
- <http://www.comuni-italiani.it> (ultima consultazione 29 novembre 2011)
- <http://www.istat.it> (ultima consultazione 30 novembre 2011)

Ringraziamenti

Vorrei ringraziare tutti coloro che mi hanno permesso di svolgere questo studio: in particolar modo il mio relatore di tesi e tirocinio, Prof. Gasparini, ma anche tutte le persone che si sono prestate alle mie interviste.

Un ringraziamento va alla mia famiglia che ha sempre appoggiato le mie scelte, credendo in me e dandomi sempre la forza necessaria per affrontare anche i momenti più difficili; in particolare vorrei ringraziare mio fratello Massimo perché è sempre stato, e lo è tutt'ora, la mia guida.

Un ringraziamento speciale va a Michele, come collega di studi, come amico, ma soprattutto come fidanzato, per avermi trasmesso sempre la serenità e la determinazione necessaria per raggiungere insieme questo traguardo.

Vorrei ringraziare tutte le amiche con cui sono cresciuta, perché se oggi sono quella che sono è anche grazie a loro. In particolare, ringrazio Eva per il legame che ci unisce e per non aver mai permesso che ci allontanassimo realmente una dall'altra.

Ringrazio gli amici di “Casteo” con i quali ho condiviso questi anni di vita universitaria. In particolare, ringrazio Giulia, per avermi regalato tante risate ma soprattutto per essermi stata accanto, in questi anni, come una sorella.