

L'originale proposta di un architetto cuoco milanese che ha raccolto in un volume cinquanta menù prelibati ma al risparmio

**IL LIBRO**  
fame aguzza  
l'ingegno" di  
Andrea Perin,  
Eleuthera,  
128 pagine  
12 euro



# ma *Poveri.* **Buoni**

## “Piatti ghiotti a prezzi popolari Le mie ricette contro la crisi”

MARIELLA TANZARELLA

**C**OME reagire alla crisi economica e mangiare felici. Una questione di sopravvivenza, da quando è chiaro che gli stipendi non riescono più a garantire il livello di benessere precedente. Curiosando tra le soluzioni a un problema analogo trovate dai nostri antenati in tempo di Guerra (la prima), il libro *La fame aguzza l'ingegno. Cucina buona in tempi difficili* dell'architetto milanese Andrea Perin offre spunti per cene corrette politicamente, economicamente

anche sul versante del gusto, che non è secondario. E leggittima, anzi esalta, una nuova tendenza (vedi fenomeni come Davide Oldani, chef stellato ed “economico”): risparmiare sul costo del cibo senza perdere in qualità.

**Perin, come le è venuta l'idea?**

«Dal lontano. Da quando facevo l'archeologo medievista e a furia di scavare cocci mi sono chiesto a che cosa servivano».

**E allora?**

«Poiché erano tutte stoviglie, vasi, piatti, pentole, ho cominciato a interessarmi al cibo, a partire da quello del Medio Evo».

**C'era qualcosa che apprezzavamo anche adesso?**

«Le spezie, che oggi ritroviamo nella cucina etnica. Il cibo a quei tempi non variava da un territorio all'altro, perché ovviamente ci sono documenti solo sulla cucina dei ricchi, dell'altra non importa-

va a nessuno. E i ricchi volevano cose preziose, ricercate, esotiche, quindi tutte uguali».

**Come oggi.**

«Già. E così ho pensato di dare spazio a quell'altra cucina. Ma con un certo fastidio per la retorica dei bei tempi andati: perciò ho voluto capire bene la cucina di chi non ha molto denaro, e ho scovato questi ricettari, quasi tutti redatti tra l'Emilia e la Lombardia, con molti accenni a Milano. Il problema di nutrirsi oggi esiste ancora, ma non si tratta più tanto della quantità quanto della qualità. La scommessa è cucinare in modo gustoso con cose semplici ed economiche».

**È vero che lei ha sperimentato tutte le 50 ricette proposte nel libro con i suoi amici?**

«Esatto. Ci ho messo un po' di mesi, ma è stato anche divertente. Prima erano un po' allarmati all'idea di piatti “poveri”, poi si sono rilassati. E con i commenti, a fine pasto, emergevano i ricordi, i gusti dell'infanzia, i racconti dei nonni. Molto interessante».

**Quali sono gli ingredienti più utilizzati da questa cucina?**

«La farina gialla, anche per i dolci. Le acciughe. L'aceto. Per citarne solo qualcuno».

**Però una volta non c'erano soldi ma c'era tempo. Oggi nessuno può stare in cucina tre ore come norma: ci sono ricette veloci?**

«Sì, perché c'era il tempo ma il combustibile costava più caro e non si sprecava. C'è la zuppa di farina abbrustolita, che si fa in un attimo, oppure il cuore trifolato (pochi oggi mangiano le frattaglie). Ci sono le polpettine di tonno, o i deliziosi maccheroni alle acciughe».

**Che cosa pensa del cibo biologico?**

«È giusto sceglierlo per motivi etici, ma il suo vero merito è la riscoperta della stagionalità».

**Le ricette che offrirà oggi in degustazione?**

«Le preparerò io, con l'aiuto di qualche amico: patate Risorgimento, bottaggio di merluzzo, cuore trifolato e dolce di farina gialla».



### GLI INGREDIENTI

Riscopriamo la bontà della farina gialla, anche per i dolci, e delle acciughe



### LE FONTI

Ho rielaborato le pietanze trovate in antichi ricettari milanesi e emiliani



Storia e formelli  
**La vita prima  
del carpaccio**

GIANNI MURA

**L**a miglior salsa del mondo è la fame, scrisse Cervantes. Non ha ricetta ed è sempre d'attualità. Ce lo ricorda questo volumetto curato per Eléuthera (piccola e mai banale casa editrice) da Andrea Perin. Non ce lo ricordasse, lo sapremmo ugualmente, basta avere occhi per vedere. I nuovi poveri di Milano non hanno le scarpe sfondate e la barba lunga, ma dignitosi cappotti un po' lisi. Arrivano quando i mercatistanno smontando, raccolgono quel che sembra ancora salvabile. I tempi difficili evocati dal titolo del libro sono i nostri ed erano quelli delle ricette del dottor Giuseppe Monti (Treves, 1917). Tempi di guerra. Perin ne ha selezionate 50 e le ha provate tutte, con gli amici. E qualcuno s'è stupito, all'assaggio: ma non sembra cucina povera. Questione di intendersi. Una frittata senza uova (ma con molte patate) non è di certo cucina ricca. Può piacere, avere una sua logica e una sua dignità. Cucina povera, tra l'altro, è un'etichetta appiccicata sul vuoto. Cucina dei poveri, semmai, di pura sopravvivenza, che impiegava le parti meno appetibili dei bovini e tanto pane bigio, polenta, rape, verze, patate, e minestre di brodo cotto con le ossa (quando c'erano), e il pane rafferma costantemente riciclato. E per il dessert torta di pane, budino di pane e cioccolato. C'è un pezzo di Milano che tira la cinghia e non per motivi dietetici. E intanto escono tonnellate di libri di cucina e non si può accendere un televisore senza imbattersi in un cuoco che frulla e una conduttrice che trilla. Il cibo è diventato, da necessità che era, piacere, status symbol, moda. Tra i non pochi meriti del libro di Perin, quello di dire ad alta voce che c'è un'altra faccia della medaglia, un altro mondo oltre la tartare di tonno.

