

IN CUCINA

Ricette tratte dalle Sacre scritture

## L'arrosto di Salomone, la birra di pane e la zuppa babilonese: la Bibbia è servita

### TORAH & C.

I menu e le materie prime riguardano tutti gli antichi popoli, dagli ebrei a Roma

» Maria Cristina Fraddosio

Le Sacre scritture come fonte storica per ricostruire le ricette dei popoli antichi: è questo lo spirito de *La Bibbia in Tavola - 40 ricette dall'Eden a Gerusalemme*, un ricettario originale dell'archeologa e storica culinaria Ursula Janssen. A corredo di ciascuna pietanza vi sono le immagini scattate da suo marito, il fotoreporter iraniano Manoocher Deghati. "Non è la prima volta che mi occupo di cucina storica, in passato mi sono dedicata al cibo nell'antica Mesopotamia", spiega.

**ESPERTA DI MEDIO ORIENTE**, soprattutto di Siria e Iraq, l'autrice attualmente residente nelle campagne pugliesi ha condotto una ricerca sul cibo utilizzando la Bibbia come documento storico. "Non è

certamente un libro di ricette il testo biblico - dice -, ma parla molto di cosa mangiavano i popoli del Mediterraneo. Il mio - tiene a precisare - è un libro di cucina e non una guida all'archeologia sperimentale". I luoghi del testo sacro della religione ebraica e cristiana vengono ripercorsi alla luce delle pietanze in uso lungo un ampio arco temporale, che va dalla Preistoria all'antica Roma. Al centro dell'indagine condotta da Janssen non vi è solo la Terra Santa, ma una vasta area geografica che include tutti gli antichi popoli del Mediterraneo, i babilonesi, gli egizi, i persiani, i greci e i romani.

Gli ingredienti di base sono riconducibili - secondo l'autrice - ai "sette tipi" biblici, ovvero grano, orzo, uva, fichi, melograni, olive e miele. "Grazie ai ritrovamenti archeologici e storici, possiamo dire con precisione cosa è stato coltivato, cacciato, allevato, cucinato e mangiato, dove e quando: la Bibbia stessa dà alcune indicazioni dettagliate sulla cultura del cibo".

Provare i sapori dell'antichità è ancora possibile con qualche variazione: gli ingredienti e i processi di cottura sono stati adattati ai nostri tempi. Le ri-

cette presentate sono disposte cronologicamente e pensate "per quattro persone affamate". La scelta è ampia: parte dall'antipasto per arrivare al dolce, con la possibilità di sperimentare anche la birra degli Egizi a base di pane. Si va dalla zuppa dolce di cereali in uso tra i cacciatori-raccoglitori, con grano selvatico, orzo e ghiande, al dolce comune nel Nord del Medio Oriente chiamato "La festa di Noè", fatto di noci, nocciole, mandorle, ceci, grano e cannella. Non mancano lo stufato ittico, l'arrosto di cervo di Salomone, la zuppa di porri babilonese e le ciambelle romane secondo Catone.

Il libro soddisfa non solo le curiosità storiche in merito a epoche così lontane da noi, ma anche la passione culinaria di quanti ricercano nuove idee, che questa volta provengono tutte direttamente dal passato.

La Janssen in chiusura suggerisce anche dei possibili menu, a partire da "Adamo ed Eva" sino a "Paolo il romano". Il risultato è una divertente commistione tra testo sacro, storia e cucina. A tenere tutto assieme c'è il mar Mediterraneo con la sua storia millenaria.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



### Riti di carne e spirito

La festa della piccola comunità dei Samaritani in Israele  
FOTO ANSA

### IL LIBRO



» **La Bibbia in tavola. 40 Ricette dall'Eden a Gerusalemme**  
Ursula Janssen  
Pagine: 95  
Prezzo: 19 €  
Editore: StreetLib

