

Indice

Premessa <i>Il sugo della storia</i>	IX
<i>Dammi la ricetta</i>	3
L'idolo delle origini, p. 5 - Tutti i falsi sono veri, p. 7 - Spaghetti alla bolognese, p. 8 - Lasagne, p. 10 - Tortelli <i>vs</i> ravioli, p. 12 - Minestrine, p. 14 - Zuppa d'estate, paradigma di modernità, p. 16 - Bianco mangiare, p. 17 - Zucchero e cannella, p. 19 - Oro e zafferano, p. 21 - Condire l'insalata, p. 23 - Pane e pomodoro, ovvero l'arte della semplicità, p. 25 - Quattro stagioni, p. 26 - 'Parmigiana' è un sostantivo, p. 28 - Vino da mangiare, p. 30 - Magia del panettone, p. 31 - La cucina degli avanzi, p. 33 - Verdure ripiene, p. 35 - Perduto, risparmiato, guadagnato, p. 37 - Cucina senza, p. 38	
<i>Modi e mode</i>	41
Parlare di cibo, p. 43 - Fai-da-te, p. 46 - Selvatico <i>vs</i> domestico, p. 47 - Falso grasso, p. 49 - Abbiate grasso, p. 51 - Al dente, p. 52 - «Forchette da maccheroni», p. 54 - Pizza e forchetta, p. 57 - La cucina fa squadra, p. 58 - Antipasto, aperitivo: sapore d'antico, p. 60 - Street food (& drink), p. 61 - Pollo fritto e ciliegie, p. 63 - Mangiare in cielo?, p. 65 - Buon appetito, p. 67	
<i>Il reale e l'immaginario</i>	69
Umili argomenti, p. 71 - Miseria e nobiltà, p. 73 - La rivincita dei contadini, p. 74 - L'epopea di Bertoldo, p. 76 - Pane e	

Indice

noci, p. 78 - Il potere dello spiedo, p. 79 - La carne debole, p. 81 - Esotismo a buon mercato, p. 84 - Bere un bicchier d'acqua, p. 86

Il gusto e la necessità

89

Iron man, ovvero: perché mangiamo?, p. 91 - Mangia con me, p. 93 - Relazioni, p. 94 - Sostanza e circostanza, p. 96 - Gusto e buongusto, p. 97 - Cibo e salute, p. 99 - Salute e salvezza, p. 101 - Cerchio e piramide, p. 103 - Il suono del cibo, p. 105 - La macchina del freddo, p. 107 - La pentola a vapore, p. 109 - Il sapore della forma, p. 110 - Ingannare la fame, p. 112 - Al gusto di, p. 114 - Colori e sapori, p. 116

Frutti, semi & Co.

119

Le parole e le cose (a proposito di prugne e susine), p. 121 - Il bello delle mandorle, p. 123 - Astringente come un caco, p. 125 - Quando i semi sono il frutto, p. 126 - Il giardino delle Esperidi (e quello degli uomini), p. 128 - Il sapore del freddo, p. 130 - Aromi d'Oriente e d'Occidente, p. 132 - Il segreto dei semi, p. 134 - Frutti inventati, p. 136 - Il tempo delle rape, p. 137 - Da Napoli all'Italia, la marcia dei broccoli, p. 138

Uomini e (altri) animali

141

In principio era l'ape, p. 143 - Quando i maiali erano cinghiali, p. 144 - La pecora, marcatore culturale, p. 146 - Non solo mozzarelle, p. 148 - Bestie di famiglia, p. 150 - Martedì grasso, p. 151 - Pesci di terra, p. 153 - Un cibo contadino per la tavola del re, p. 155 - L'uovo di Aristotele, p. 157

Cucina politica.

Questioni di identità e di potere

159

L'Italia prima dell'Italia, p. 161 - 150/100: Artusi e l'Unità d'Italia, p. 163 - Pellegrino e Marietta, p. 165 - Bollito misto, p. 167 - McItaly?, p. 168 - Ricetta di Stato, p. 170 - Tavoli e tavole, p. 172

I luoghi del cibo

175

Musei del gusto, p. 177 - Gastro-toponimi, p. 179 - Storia e geografia, p. 180 - Piadine IGP, p. 182 - Spazi di libertà, p. 184 - Fatto in casa, p. 185 - Dolomiti a casa nostra, p. 187 - Tigelle sulle Alpi, p. 189 - Tortellini a Baku, garganelli a Budapest, p. 191