



a cura di Claudio Truzzi,  
Responsabile Sistema Qualità METRO Italia Cash and Carry

## “La cucina degli avanzi, una scelta sostenibile”

La trasformazione progressiva della famiglia patriarcale in modelli di famiglia sempre più piccoli, ha cambiato i comportamenti alimentando, inevitabilmente, l'acquisto di quantità maggiori del cibo rispetto alle effettive necessità. La conseguenza di questo tipo di approccio all'alimentazione è stata lo spreco alimentare, favorito da molteplici fattori quali i ritmi di lavoro, che impongono l'acquisto al fine settimana facendo scorte a volte inutilizzate.

Risparmiare oggi è una necessità imposta dalla crisi della società, ma una volta era normale usare gli avanzi per cucinare altre pietanze.

Non si buttava via quasi nulla e tutti gli alimenti venivano utilizzati in modi alternativi.

Quello che veniva servito a tavola si doveva consumare e, nel caso fosse avanzato qualcosa, veniva impiegato in seguito. Riciclare è un arte! Comprende dedizione e rispetto per la gastronomia.

Il riuso era frutto di un re-taggio:

- **Culturale:** l'obbligo morale di non lasciare niente nel piatto.
- **Sociale:** la necessità causata dalle scarse risorse economiche.
- **Religioso:** “la grazia di Dio” non andava sprecata. Il riuso, oggi, a volte pra-

ticato anche in maniera inconscia, è dettato dalla presa di coscienza che evitare gli sprechi alimentari sia necessario per la tutela dell'ambiente e dell'ecosistema, e dal rispetto per il cibo e le risorse. (... come un superamento del consumismo).

Non dobbiamo cadere nell'equivoco che tale pratica fosse riservata ai ceti meno abbienti; la ritroviamo in tutte le classi sociali. Infatti nell'aristocrazia i cibi avanzati venivano sfruttati per sfamare la servitù; tra i contadini la cucina del riuso non era molto praticata poiché di avanzi ne rimanevano ben pochi.

Invece trovava larga applicazione nel ceto medio: in particolare nel secondo dopo guerra, con la diffusione del benessere, nelle famiglie borghesi, dove si cucinava non solo per la sopravvivenza, ma anche per il gusto di mangiare, memore dei difficili tempi trascorsi e per la massima attenzione al risparmio.

Ingredienti principali e indispensabili per ottenere buoni manicaretti, con pietanze già cotte in precedenza, erano la fantasia e l'abilità delle massaie, che anzi venivano considerate prerogative di un'ottima cuoca. L'ingrediente principe che ritroviamo in tutte le epoche, in tutte le regioni e in tutti i ceti sociali, è il pane

raffermo, oggetto di rielaborazioni dolci e salate, saporite e nutrienti.

Alcuni esempi che ritornano alla memoria sono la “panada” in Piemonte, la “pappa col pomodoro” in Toscana, i “cane-derli” in Trentino Alto Adige, i “passatelli” in Emilia, ecc..

Anche la polenta nel nord d'Italia viene riutilizzata come il pane dalla colazione alla cena.

Larga diffusione ha avuto il riuso di minestre, i cui avanzi venivano posti sul fuoco per ore e ore, magari con aggiunta di croste di formaggio e osso di prosciutto, fino a dar loro nuovo sapore. Famosa è la ribollita toscana.

Nelle famiglie benestanti era consuetudine al lunedì fare le polpette con la carne residua dalla domenica oppure di pesce nelle località marine.

Quindi risparmiare con il riuso degli avanzi di cibo costituisce una misura importante, sul piano economico, per il bilancio familiare ma è anche e soprattutto, un dovere morale di fronte al gravissimo problema della fame nel mondo.

Vorrei concludere con un'esortazione a un comportamento quotidiano responsabile evitando di rendere il frigorifero di casa l'anticamera del sacchetto delle immondizie, razionalizzando la nostra paura di restare senza cibo.

# IL VALORE DEL TEMPO LA PASSIONE DEL CUORE L'AUDACIA DELLO SPIRITO

UNA STORIA ITALIANA DAL VALORE INTERNAZIONALE



QUANDO SIAMO NATI, AVEVAMO L'ENERGIA DI UN'ITALIA CHE VOLEVA RIPARTIRE. ERA IL 1946. NEL NOSTRO DNA, LA PASSIONE E L'AUDACIA DI UN GRUPPO DI IMPRENDITORI ITALIANI UNITI DA VALORI CHE CI AVREBBERO FATTI DIVENTARE GRANDI: INNOVAZIONE, MOTIVAZIONE, CURIOSITÀ E DETERMINAZIONE.