



Giovanna Baldini, "Ricette al fresco. 85 modi per cucinare nel carcere di Pisa - ETS edizioni, 2012

Avete mai pensato a quanto possa essere difficile anche compiere un gesto semplice, come ad esempio cucinarsi un piatto di spaghetti, in una cella?

Ai reclusi infatti viene impedito di possedere oggetti affilati, quindi sono banditi i coltelli, o gli oggetti in metallo, quindi niente pentole e padelle ma solo tegliette. L'unico fuoco concesso è un fornello da campeg-

gio: vero lusso, la possibilità di utilizzare la moka per farsi il caffè.

Così, dove mancano i mezzi, sopperiscono ingegno e fantasia: Giovanna Baldini, curatrice del libro, si è fatta raccontare ingredienti e preparazioni, e vari escamotages per riuscire a realizzare i manicaretti desiderati. La cucina può essere caratterizzata, infatti, dalla passione, dalla pratica, dal metodo; ma può

altresì diventare anche una via di fuga, un modo per affinare la pazienza, una forma di conoscenza che resiste oltre la quotidianità alterata

Ogni ricetta così è proposta in versione "dentro", con gli accorgimenti che devono essere usati in cella (come cucinare una torta senza forno?), e "fuori", per chi invece dispone di una cucina accessoriata e funzionante.

Nutrire il pianeta... carcere - 1



Se stai facendo la dieta e ti arriva sotto il naso il profumo di un pasticcio di maccheroni al forno, se dalla finestra del vicino esce il profumo del gnocco fritto o l'arrosto e patate sono il piatto preferito della domenica della signora del piano di sotto, se la grigliata ormai si fa anche sui balconi... beh! sei finito. Non ce la puoi fare!! Le diete si devono fare chiusi in casa e da soli!!

Oppure si può fare un giro... in carcere!!

Il profumo che il più delle volte arriva dalla cucina si chiama odore, per non dire "puzza" così subito ti viene da pensare "e se facessi la dieta?!" Se ti coglie l'allarme perché un odore di gas pervade il corridoio, la rotonda, la scuola e su, su anche l'infermeria e il piano pedagogico... tranquillo non si chiamino i pompieri... più semplicemente... in cucina sta bollendo il cavolo.

Se il tuo compagno di cella ha la fortuna di lavorare in cucina, aspettalo per il pranzo ti porterà un pò del suo profumo chanel -(meno) 5 nuova fragranza estratta dai funghi, e subito ti passerà la voglia di mangiare.

A questo proposito devi sapere che si sta sperimentando un nuovo profumo: si scongelano le sarde diretta-

mente in acqua calda, così che si sciolgano ben bene, si cucina quella poltiglia ed ecco... pare che quel profumo ti rimanga addosso, nell'aria e quanto perdura... se ne accorgeranno tutti che ti sei profumato proprio come si vorrebbe fare per un colloquio galante.

Beh! potresti dire, agli odori ci si abitua. È un pò come quando abiti vicino, vicino ad una fabbrica di vermi, quelli che si usano per pescare. L'odore è fortissimo e pensi che non resisterai, poi piano piano ti abitui e finisce che l'odore lo sentono solo i tuoi ospiti, in carcere i nuovi giunti e lo capisci dalle loro facce schifate.

Gli odori preannunciano il carrello del vitto, così che tu apparecchi con cura e in fondo, in fondo hai anche fame. Si può saltare un pasto, ma tutti e due meglio di no e poi non hai mica i soldi per comperare quel pò di quella genuinità che può offrire la lista della spesa! Così chiudi il naso e allunghi il piatto. Splash: rumore della pasta che cade nel piatto di me-

tallo, oddio pasta sembra troppo. Sottiglia più a quella malta che i muratori usano per i mattoni. Meglio far presto se non diventa così dura che non la si può neppure tagliare con il coltello rigorosamente di plastica.

Forse il minestrone della sera sarà meglio, anche se mi incuriosisce un po' il soprannome che il mio compagno ha dato a quel piatto: giardino arabo. Che vorrà dire? Penso ad una bella cosa, un richiamo alla mia terra, un pensiero da allontanare subito però perché qui i pensieri di casa portano malinconia e tristezza. Me lo faccio spiegare e così mi dicono



che ci sono foglie grandi e verdure di tutti i colori, bello, ma i colori non sono quelli che conosci, la bietola, ad esempio, tu la conosci verde, la patata ha un colore sul giallo, la cipolla tende al bianco e così via. Ebbene in quel giardino che sta ora galleggiando nel mio piatto la bietola è diventata bianca, la patata verde e la cipolla gialla. I più anziani assicurano che è per via che quella verdura arriva dalla "terra dei fuochi." Il rusco colora! Io vengo da una terra dove il sole è il fuoco e non capisco bene che vogliono dire. Forse è un buon segno, ho notato che anche l'insalata ha un colore tendente al marrone! Poi quando, piano piano spostati quelle foglie in acqua scopri che sotto galleggiano due o tre fagioli, due o tre ceci e qualche chicco. Proprio come i pesciolini che galleggiano nei giardini arabi. Quanto aiuta la fantasia!

Sai che ti dico, mi è passata la fame, a pensarci bene la pasta ingrassa e dalle vostre parti si dice che il minestrone "gonfia" la pancia. E poi non si fa neanche tanto sport, sì, meglio non mangiare troppo.

Sento dire che le polpette sono buone, se le cucina un detenuto calabrese aggiungono... e se come contorno le patate si sono cotte. Una speranza allora c'è.

Attenzione però alla bistecca, ma tanto io di denti ne ho già persi alcuni... prima, fuori! Rimane sempre la frutta. Ah, sì, quella non fa mai male... purché si riescano a tagliare i Kiwi, si tolga la sorpresa alle arance e alle mele e le banane piacciono proprio mature, mature.

Almeno non fai fatica a lasciar perdere i dolci. In carcere proprio non ci sono, a meno che non vogliamo chiamare dolce quella crostatina a forma di corolla che viene distribuita la domenica!!!

Incomincio a preoccuparmi. Devo approfondire. Forse posso mangiare in bianco, magari il "mio" riso.

Devo trovare il modo di ammalarmi così in infermeria mi prescrivono quel vitto. Cerco consiglio da un compagno di sezione che lavora in cucina. È appena salito dal lavoro, vado da lui, ma ha due occhi così gonfi e rossi che temo abbia ricevuto una brutta notizia. Mi trattengo. Un pò di discrezione, già ce n'è così poca in questo luogo, ma è lui che mi si avvicina e così imparo che fortunatamente nulla di grave gli è successo, è solo che quel giorno ha pelato 10 kg di cipolla e le lacrime, dice, sono inarrestabili tanto che c'è una zona in cucina chiamata muro del pianto e si sta pure scrostando quel muro tanta è l'umidità. È vero. A volte la preghiera commuove!

Forse uno dei tanti show televisivi dedicati alle competizioni tra chef potrebbe lanciare una puntata speciale: riuscire con 3,90 euro a riempire i piatti dei detenuti per i tre pasti della giornata.

Cielo, che fame!

Come mai però dalle celle della sezione escono tanti profumi, quelli sì veri profumi anche se mischiati tra loro e con qualcuno, forse, troppo forte.

Sono i profumi di terre lontane, di cucine antiche e mai dimenticate, di storie e di volti ancora presenti anche se lontani. Sono i profumi di casa. Nostalgia di casa.

Ogni detenuto cerca, attraverso il cibo, di tenere vivo quei ricordi, quel piacere e per questo si impara a cucinare in cella, si impara a condividere con altri paesani quel piacere, quello sforzo e allora è festa, è vera socialità. Quello che ingeriamo e che ci nutre, è insieme il cibo per lo stomaco e il cibo per il cuore.

Nutrire il pianeta... carcere - 2

Se hai all'esterno chi può aiutarti economicamente puoi "fare la spesa" una volta alla settimana scegliendo in una lista di prodotti, alimentari e non, il cosiddetto sopravvitto. La scelta non è molto ampia, ad esempio, tra i formaggi, solo l'Emmental bavarese, un solo tipo di yogurt (alla banana), niente pesci, niente surgelati. Ovviamente niente vino e niente birra. I prezzi non sono bassi, anche se recentemente per alcuni generi di largo consumo, è stato inserito un prodotto a basso costo. I musulmani possono comperare carne halal. Non ci sono mai le promozioni e le offerte che noi "fuori" ben conosciamo. Pochi sono i generi che i familiari possono portare al colloquio, solo qualcosa sotto vuoto, in confezione trasparente e confezionate dal produttore. Sughi senza sugo e assai spezzettati. Il controllo è molto rigido e a volte incomprensibile.

L'Art 12, comma 6 del regolamento penitenziario dice: "La direzione assume mensilmente informazioni dall'autorità comunale sui prezzi correnti all'esterno relativi ai generi corrispondenti a quelli in vendita da parte dello spaccio o assume informazioni sui prezzi praticati negli esercizi della grande distribuzione più vicini all'istituto. I prezzi dei generi in vendita nello spaccio, che sono comunicati anche ai detenuti e agli internati, devono adeguarsi a quelli esterni risultanti dalle informazioni predette".