

MARTA VILLA, *Quel delizioso profumo di torta fatta in casa... : il metodo antropologico applicato a documenti d'archivio inediti e storie alimentari familiari*, in «Studi trentini. Storia» (ISSN: 2240-0338), 100/1 (2021), pp. 25-42.

Url: <https://heyjoe.fbk.eu/index.php/stusto>

Questo articolo è stato digitalizzato dal progetto ASTRA - *Archivio della storiografia trentina*, grazie al finanziamento della Fondazione Caritro (Bando Archivi 2021). ASTRA è un progetto della Biblioteca Fondazione Bruno Kessler, in collaborazione con Accademia Roveretana degli Agiati, Fondazione Museo storico del Trentino, FBK-Istituto Storico Italo-Germanico, Museo Storico Italiano della Guerra (Rovereto), e Società di Studi Trentini di Scienze Storiche. ASTRA rende disponibili le versioni elettroniche delle maggiori riviste storiche del Trentino, all'interno del portale [HeyJoe](#) - *History, Religion and Philosophy Journals Online Access*.

This article has been digitised within the project ASTRA - *Archivio della storiografia trentina* through the generous support of Fondazione Caritro (Bando Archivi 2021). ASTRA is a Bruno Kessler Foundation Library project, run jointly with Accademia Roveretana degli Agiati, Fondazione Museo storico del Trentino, FBK-Italian-German Historical Institute, the Italian War History Museum (Rovereto), and Società di Studi Trentini di Scienze Storiche. ASTRA aims to make the most important journals of (and on) the Trentino area available in a free-to-access online space on the [HeyJoe](#) - *History, Religion and Philosophy Journals Online Access* platform.

Nota copyright

Tutto il materiale contenuto nel sito [HeyJoe](#), compreso il presente PDF, è rilasciato sotto licenza [Creative Commons](#) Attribuzione–Non commerciale–Non opere derivate 4.0 Internazionale. Pertanto è possibile liberamente scaricare, stampare, fotocopiare e distribuire questo articolo e gli altri presenti nel sito, purché si attribuisca in maniera corretta la paternità dell’opera, non la si utilizzi per fini commerciali e non la si trasformi o modifichi.

Copyright notice

All materials on the [HeyJoe](#) website, including the present PDF file, are made available under a [Creative Commons](#) Attribution–NonCommercial–NoDerivatives 4.0 International License. You are free to download, print, copy, and share this file and any other on this website, as long as you give appropriate credit. You may not use this material for commercial purposes. If you remix, transform, or build upon the material, you may not distribute the modified material.



Studi Trentini. Storia	a. 100	2021	n. 1	pp. 25-42
------------------------	--------	------	------	-----------

Quel delizioso profumo di torta fatta in casa... Il metodo antropologico applicato a documenti d'archivio inediti e storie alimentari familiari

MARTA VILLA

“Non c'è amore più sincero di quello per il cibo”.
George Bernard Shaw

Da poco più di un decennio (2008-2020) mi occupo di alimentazione attraverso la metodologia della ricerca antropologica e in questo lasso di tempo ho raccolto materiale etnografico nell'area alpina orientale italiana (Provincia autonoma di Trento, Provincia autonoma di Bolzano, Regione Veneto). La documentazione collezionata riguarda sia le modalità relative alle preparazioni, ritenute tradizionali dalle diverse comunità da me esplorate, sia particolari ingredienti specifici. Ho posto attenzione anche alle produzioni di nicchia o tipiche (contrassegnate da indicatori come il DOP, il DOCG, il DOC, il Prodotto di Montagna) e alle relative feste o sagre di promozione del prodotto. Infine ho approfondito la relazione esistente tra il territorio, la pratica agricola e la cultura della popolazione ivi residente¹. Tale mole di informazioni non è scaturita solo da indagini con le comunità attuali attraverso l'osservazione partecipante o la raccolta di testimonianze, ma anche dalla ricerca d'archivio nelle biblioteche, negli archivi comunitari e nelle abitazioni di alcuni informatori che hanno gentil-

¹ Si veda: Villa, *L'interdetto*, pp. 117-139; Villa, *Il patrimonio alimentare*, pp. 93-106; Villa, *Alpi tra patrimoni alimentari*, pp. 225-242; Villa, *I riti di carnevale*, pp. 60-77; Villa, *A carnevale*, pp. 25-27.

mente permesso di sfogliare alcune pagine della loro storia familiare e personale².

Un particolare settore di questa ampia ricerca si è concentrato (2014-2018) sui ricettari familiari editi, e soprattutto inediti, di una specifica area del fondovalle atesino, la Vallagarina, all'interno dell'ampio e transdisciplinare progetto di ricerca ideato da Casimira Grandi, allora docente di Storia contemporanea presso il Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale dell'Università di Trento. Tale progetto mi ha permesso di collaborare con il gruppo di lavoro "La Memoria di Domani" con il quale abbiamo realizzato una serie di interventi scientifici in previsione e durante lo svolgersi di Expo Milano 2015. Tra questi diversi momenti di riflessione, offerti al mondo culturale trentino, si è profilata la collaborazione per la realizzazione di una tavola rotonda organizzata il 6 novembre 2015 dalla Società di Studi Trentini di Scienze Storiche presso l'Aula grande della Fondazione Bruno Kessler intitolata "Dopo l'EXPO. (As)Saggi di storia del cibo in Trentino. L'alimentazione alpina: dal locale al globale, dal tradizionale al tipico" di cui sono stata relatrice. Questo articolo è il risultato sia di quella riflessione sia di ulteriori ricerche da me svolte negli anni successivi (2016-2020) e propone un contributo ragionato riguardo all'alimentazione trentina attorno agli anni della Grande Guerra come specchio del territorio e dell'identità culturale degli abitanti attraverso il patrimonio inestimabile dei ricettari familiari con una breve incursione anche sull'attualità pandemica e la relazione con il cibo salubre.

L'aver avuto accesso a una serie di documenti, fino a oggi inediti, mi ha concesso la possibilità di comprendere meglio le abitudini alimentari di questa porzione di territorio e di trovare una chiave di lettura per molte delle preparazioni che attualmente vengono definite tipiche o tradizionali e che vedono al proprio interno ingredienti che apparentemente non sembrano essere originari di quest'area specifica. I ricettari in particolare hanno permesso di addentrarsi nella dimensione domestica di una parte minoritaria della popolazione, quella medio- o alto-borghese, che fino a poco tempo fa non era stata ancora indagata a fondo dalla microstoria locale o dagli esperti di gastronomia trentina. La metodologia antropologica, come vedremo anche nei paragrafi successivi, permette di contattare direttamente i testimoni e di ricevere e custodire racconti provenienti dalla memoria familiare, stratificati e, come in altri contesti extraeuropei, tramandati solo dalla tradizione orale. In questo modo è possibile collezionare documenti

² Un esaustivo sunto delle ricerche sotto questo profilo è rintracciabile in Villa, *Quando il cibo*, pp. 51-83, nel quale è presente una lettura ragionata delle principali questioni di antropologia alimentare e l'analisi della documentazione della ricerca in ambito alpino.

che altrimenti andrebbero persi irrimediabilmente e, interagendo con gli informatori, chiedere delucidazioni che il solo testo scritto non avrebbe mai fornito.

È nato dunque un originale dialogo sia tra discipline diverse – la storia, con la propria metodologia di indagine d'archivio, e l'antropologia, capace di interagire con i testimoni e di interpretare attraverso l'apporto teorico le parole raccolte –, sia tra il ricercatore, i custodi del patrimonio familiare e i documenti. Questi ultimi infatti apparivano solo come dei quaderni, sgualciti e ricoperti dalle macchie dovute all'uso continuo, dimenticati nelle dispense, adagiati in qualche scrittoio e legati alla memoria emozionale. Gli stessi testimoni hanno riscoperto, come da loro stessi dichiarato, questi scritti, ripercorrendo in alcuni casi l'intera storia familiare e mostrando quanto anche una banale e semplice ricetta sia capace di muovere ricordi che intrecciano la storia personale con la Grande Storia alla quale hanno preso parte uomini e donne di questo territorio. “Li avevo dimenticati, non sapevo neanche che fossero ancora qui... è bello riguardare queste pagine” commenta una testimone mentre sfoglia il ricettario ritrovato in occasione della mia visita. Le si inumidiscono gli occhi mentre mi dice:

“Mi sembra di sentire la voce della mia mamma, che con la governante compilava queste pagine. Ecco! Vedi qui la sua scrittura minuta, con il pennino... Ad alta voce [pronunciava le parole scritte] mentre la cuoca ascoltava – [lei] non sapeva leggere speditamente – la mamma le leggeva la ricetta... e lei la memorizzava, ad occhi chiusi. Lo ricordo bene questo, anche se ero bambina e stavo a guardarle seduta al tavolo della cucina. Penso che si vergognasse e stava attentissima per non dover chiedere a mia madre continuamente di dirle come procedeva la preparazione”³.

Si tratta – come si evince da questa prima testimonianza – di storie di casa, racchiuse e protette dal segreto domestico, e per questo non facili da recuperare. Dalle storie che i ricettari stessi hanno permesso di ricordare sono emersi scorci di vita quotidiana, aneddoti riguardo agli ingredienti e alla loro reperibilità, a volte anche situazioni tragicomiche⁴. Con l'immaginazione sorretta dalle parole sono stati rievocati gli ambienti specifici dove questi piatti venivano preparati o gli spazi dove alcuni degli ingredienti venivano coltivati o allevati. La coloritura degli aggettivi nei racconti ha quasi materializzato all'olfatto i profumi che si diffondevano nelle case e all'udito gli strumenti che venivano impiegati con un sapere preciso per addomesti-

³ Testimonianza raccolta il 19 settembre 2014 in Vallagarina. La testimone, donna nata in Trentino nel 1927, ha chiesto di rispettare il suo anonimato.

⁴ Si veda l'aneddoto raccontato da Carlo Todeschi e riportato in Villa, *Quando il cibo*, p. 82.

care gli alimenti. Nonostante questi documenti fossero solo di carta e inchiostro, la straordinaria interazione con gli ultimi testimoni della pratica di queste preparazioni ha permesso di risvegliare quelle magiche atmosfere che solo il cibo sa rievocare nella specie umana: la convivialità, il piacere, il benessere e la sensazione di essere partecipi di un atto che non può essere solo fisiologico, ma che è certamente culturale, come amava ricordare Briffault: “la cucina di un popolo è la sola esatta testimonianza della sua civiltà”⁵.

Metodologia della ricerca

I riferimenti teorici e metodologici principali che hanno accompagnato la ricerca sul campo, rimandano principalmente a tre ambiti: quello dell’antropologia dell’alimentazione, quello dell’antropologia dell’identità e quello dell’antropologia alpina. Per quanto concerne l’alimentazione, trattata specificamente in questo articolo, è stata considerata la teorizzazione di Claude Lévi-Strauss⁶, il quale per primo ha categorizzato la relazione che le culture sia extraeuropee sia europee intrattengono con il cibo, le modalità di addomesticamento dello stesso – che troviamo ben rappresentate anche in area alpina – e la costruzione culturale che l’uomo ha intessuto attorno a questa pratica. Nel contempo sono stati presi in considerazione gli studi di Mary Douglas⁷ a proposito della purezza e del pericolo che il cibo stesso può rappresentare, della scelta di escludere o includere certi ingredienti nella propria dieta o di elaborare determinati piatti rendendoli accettabili dal punto di vista etico. Infine, l’interpretazione marxista o materialista dell’antropologo americano Marvin Harris⁸, secondo cui ogni scelta alimentare è legata al territorio nel quale una popolazione risiede e all’utilizzo strategicamente controllato delle risorse: in questo caso è possibile scoprire nei ricettari la predilezione per ingredienti della zona e solo in alcuni casi e per particolari preparazioni raffinate l’inserimento di ingredienti costosi o di provenienza alloctona, come strumento anche di distinzione.

Per un’interpretazione legata al panorama culturale nazionale sono stati consultati e utilizzati gli studi antropologici di Alessandra Guigoni e Lia Giancristofaro⁹. Tali autrici hanno messo in evidenza come i territori mantengano determinate preparazioni nel tempo, ricette che assumono nuovi significati simbolici e da patrimonio familiare divengono patrimonio mate-

⁵ Briffault, *Paris à table*, p. 21 (traduzione dal francese dell’autrice)

⁶ Lévi-Strauss, *Mitologica 1*; Lévi-Strauss, *Mitologica 3*, p. 428.

⁷ Douglas, *Purezza e pericolo*.

⁸ Harris, *Buono da mangiare*.

⁹ Guigoni, *Antropologia del mangiare*; Giancristofaro, *Tomato Day*.

riale e immateriale collettivo (come il caso, studiato da Giancristofaro in Abruzzo, del rito della produzione casalinga della conserva di pomodoro) oppure attrattiva turistica che valorizza micro-territori in chiave enogastronomica (alcuni *bottom-up processing* hanno permesso di conoscere luoghi fino allora sconosciuti al pubblico)¹⁰. I dati ottenuti dalla ricerca sul campo sono poi stati comparati con gli studi condotti in ambito alpino da Cristina Grasseni e Emanuela Renzetti¹¹ e da specialisti di altre discipline come Stefania Bianchi, Dominik Flammer e Sylvan Müller, Enrico Rizzi e Rodolfo Taiani¹².

Anche la scelta della strategia di indagine più adeguata è stata vagliata con attenzione: il lavoro sul campo, che ha occupato in totale 16 mesi in 4 anni di ricerca (2014-2018), è stato condotto seguendo la metodologia teorizzata dall'antropologia interpretativa geertziana¹³. Proprio il concetto di piatto tradizionale, cibo tipico, alimentazione familiare, secondo la teorizzazione della *thick description*, è stato desunto dagli stessi informatori dell'area indagata: ciascuno ha fornito una propria visione di cosa fosse tradizionale per la sua famiglia e mi ha mostrato le ricette nei quaderni di casa che erano considerate più significative, quelle alle quali la memoria correva più velocemente, quelle che accendevano un'emozione particolare o portavano a galla ricordi molto intimi.

In ogni colloquio è emersa da parte di tutti la volontà di mostrare qualcosa di originale e nel contempo radicato: spesso gli informatori chiedevano conferme, cercando rassicurazioni nelle mie parole, in qualità di ricercatrice: in quasi tutti gli incontri si è partiti analizzando il concetto di piatto tradizionale e successivamente ci si è addentrati alla ricerca della definizione di tipicità legata a una specifica classe sociale. Come ricorda un testimone:

“Certamente in casa mia si mangiava come si mangiava a casa dei miei cugini, o delle mie zie non sposate... o di altri parenti. In effetti con le politiche matrimoniali di una volta eravamo imparentati con mezza città... quindi (sorride) c'era la tipicità di casa M. o di casa T. Quando si stava bene allora si eccedeva anche nelle portate, quando invece i tempi non erano propizi, beh, si sa, alle volte si portava in tavola quello che mangiava anche il fattore con la sua famiglia (ride) e in questo caso la differenza, beh, si faticava a vederla!”¹⁴.

¹⁰ Villa, *Il segreto di un ortaggio*, p. 5; Villa, *Alpi tra patrimoni alimentari*.

¹¹ Grasseni, *La reinvenzione del cibo*; Renzetti, *Polenta e...*

¹² Bianchi, *Nostalgia del gusto*; Flammer, Müller, *L'eredità culinaria*; Rizzi, *Alimentazione e vita pastorale*; Taiani, *L'incognita alimentare*.

¹³ Geertz, *Interpretazione di culture*, pp. 21-22.

¹⁴ Testimonianza raccolta il 7 agosto 2015 in Vallagarina. Il testimone, uomo nato in Trentino nel 1921, ha chiesto di rispettare il suo anonimato.

L'indagine di campo è stata condotta attraverso visite nelle case di alcune famiglie-pilota, contattate personalmente o attraverso conoscenti comuni, che poi hanno indicato altre famiglie in possesso di ricettari casalinghi o di una memoria viva dell'alimentazione familiare: la chiave di accesso al campo è stata questa fiducia creatasi con un primo colloquio in un ambiente informale a cui è seguita la possibilità di un appuntamento presso la dimora dell'informatore. Il primo passaggio è stato fondamentale e anche estremamente delicato: una parola fuori luogo, un atteggiamento poco curato, la dimostrazione di modi non educati avrebbero reso molto più difficile il prelude al dialogo, l'approfondimento della conoscenza e il perdere della relazione. In questo caso ho dovuto mettere in atto diverse strategie di ridefinizione di me stessa e di riposizionamento delle mie modalità di approccio: quando ho compreso che l'unica possibilità di accedere all'intimità dei miei interlocutori era la totale fiducia nei miei confronti non solo come ricercatrice scientifica, ma come persona nella sua interezza, ho prestato un'attenzione particolare al mio modo di interloquire, allo stile del mio abbigliamento, alla qualità dei miei dialoghi.

La maggioranza dei miei informatori si colloca nella fascia d'età avanzata (dai settant'anni agli ultra-novantenni, con un'unica eccezione di un informatore sessantenne) e appartiene a famiglie aristocratiche o altoborghesi, con uno stile di vita ed esperienze molto diverse dalle mie (per status, età, provenienza geografica): la necessità quindi di trovare un terreno di dialogo comune non è mai risultata scontata. Mi sono certamente trovata in una posizione etnograficamente corretta: lontana dal mondo che stavo per iniziare a indagare e anche estranea alla cultura degli informatori che andavo a contattare. Questo mi ha permesso di mantenere un posizionamento scientifico e di non dare per scontata nessuna delle informazioni che i miei testimoni mi hanno fornito nei nostri lunghi dialoghi.

Dopo aver negoziato il mio ingresso sul campo ho condotto 18 interviste in profondità e ho raccolto una storia di vita e una storia familiare¹⁵: questi dati mi hanno permesso di comprendere anche gli intrecci con le famiglie di diversi altri miei informatori. Nel contempo mi è stata concessa la possibilità in alcuni casi di fotografare il materiale documentale e in altri casi di portare presso la mia dimora questi quaderni, scansionarli e poi restituirli ai proprietari. La ricerca d'archivio non si è limitata ai patrimoni inediti, ma mi ha portato anche nell'Archivio storico della Biblioteca civica "G. Tartarotti" di Rovereto a consultare alcuni manoscritti e testi a stampa riguardanti altri ricettari della zona donati da alcune famiglie o pubblicati negli anni Ottanta e Novanta a cura di Aldo Bertoluzza. Solo attraverso

¹⁵ Franceschi, *Storie di vita*.

una metodologia di indagine ibrida (antropologica e d'archivio), secondo la teorizzazione di Julian Steward e in Italia di Pier Paolo Viazzo¹⁶, ho potuto analizzare il materiale documentale e le parole degli informatori per comprendere quali fossero le caratteristiche dell'alimentazione di questa porzione di territorio di fondovalle e quali fossero le relazioni tra famiglie e tra territori di provenienza degli ingredienti.

*Corsi e ricorsi di una madeleine:
quando il cibo domestico diviene un elemento simbolico*

Da quando è stato scritto nel 1911 *Du Côté de chez Swann*, primo libro de *À la Recherche du temps perdu* di Marcel Proust, ha stimolato la riflessione attorno al celeberrimo episodio della *madeleine*: il dolcetto burroso inzuppato nel tè è stato capace di originare nel protagonista emozioni impetuose, piacevoli e spontanee e nello stesso tempo di fare breccia nei ricordi lontani dell'infanzia. Non importa che si tratti di una focaccina dolce (1911), un *pain grillé* spalmato di miele, come nel 1908, o una *biscotte* inzuppata nell'infuso di tiglio (come confermato dalla pubblicazione da parte di *Les Saints Pères Éditeurs* dei manoscritti fino ad ora inediti che hanno portato poi alla stesura definitiva del romanzo): l'associazione di gusto e di olfatto permettono il ricrearsi di situazioni già vissute e di ripercorrere grazie ai moti dell'animo momenti della propria esistenza. Non deve stupirci che lo scrittore francese abbia scelto questa combinazione di elementi per introdurre il nucleo essenziale di tutta la sua produzione narrativa: la memoria. Cibo e memoria sono da sempre legati in un indissolubile connubio: il cibo, entità culturale per la specie umana, non porta con sé solo caratteristiche intrinseche, ma viene prepotentemente rivestito di categorizzazioni simboliche e in alcuni casi anche rituali¹⁷.

Papille gustative e recettori olfattivi permettono di rievocare ricordi sepolti nel profondo: il cucchiaino di tè con il pezzetto di dolce viene portato alle labbra, il palato tocca il miscuglio e subito si scatena qualcosa di sovraordinario... Il protagonista trasalisce, viene invaso da un piacere delizioso, non comprende la causa di tale moto delle emozioni. Tutto diviene indifferente: la finitezza della vita, le difficoltà del quotidiano, la tristezza iniziale e il dolore per un domani incerto. Queste emozioni riempiono l'essere umano nello stesso modo col quale agisce l'amore, si è colmi di una essenza preziosa. L'uomo scopre che la piacevolezza dei ricordi apparentemente

¹⁶ Steward, *Theory of Culture*; Viazzo, *Introduzione all'antropologia*.

¹⁷ Müller, *Piccola etnologia*.

perduti è in sé e permette di liberare momenti rari, trasformando il tempo in un unico procedere, senza passato e presente in dicotomica dialettica: riappaiono così solo al primo sorso e nei successivi approcci si affievoliscono. Non è infatti la bevanda a possedere poteri magici o taumaturgici per la memoria, ma è la memoria stessa che è parte dell'essere umano e attraverso un risveglio casuale adesso è pronta per trovare la verità. L'episodio si chiude con il disvelamento da parte dell'autore del frammento che l'episodio parigino ha rievocato: a Combray, luogo dell'infanzia felice, la domenica mattina, zia Léonie offriva un pezzetto di *madeleine* inzuppata nel suo infuso di tè o di tiglio a Marcel, quando egli si recava a darle il buongiorno.

Proust in questo passaggio letterario presenta molti dei temi tipici dell'antropologia legata all'alimentazione: il cibo diviene un *medium* simbolico e crea legami. Nella quasi totalità delle culture mondiali possiamo ritrovare affinità con alcuni specifici ingredienti o con alcune particolari preparazioni.

La raccolta, la conservazione, la coltivazione e il consumo, come ricorda Guigoni, sono attività indispensabili in tutte le società umane:

“Ogni sistema alimentare prevede al suo interno una precisa articolazione e disposizione degli alimenti, delle tecniche di preparazione e di cottura, di presentazione a tavola, secondo norme condivise dal gruppo sociale di riferimento. Gli alimenti sono raggruppati a seconda delle proprietà estrinseche o intrinseche, e secondo gerarchie di preferenza e di desiderabilità ben precise”¹⁸.

Il cibo deve essere nutriente e solitamente gli alimenti che lo sono maggiormente sono anche protagonisti di totemizzazione o di tabuizzazione: ad esempio il latte, sia umano sia animale, vede una serie di prescrizioni precise per il suo consumo e i popoli pastorali si suddividono in gerarchie di individui che possono o non possono toccarlo, lavorarlo, cibarsene. La salute ovviamente passa attraverso l'alimentazione e sembra sia nato negli ultimi quindici-vent'anni e si sia acuitizzato in occasione dello scoppio e del perdurare della situazione pandemica globale un interesse quasi ossessivo per il cibo sano. Purtroppo non sempre i valori di salubrità per il corpo e di equità per chi lo produce vanno alla stessa velocità: il consumatore è più attento a se stesso e a cosa possa accrescere la propria salute fisica rispetto al valore che viene dato a un cibo o a un ingrediente; chiede salute, ma a basso costo¹⁹. Alcuni alimenti sono stati riscoperti come altamente salubri o capaci di rallentare l'invecchiamento e, in caso di epidemia, sono sorte an-

¹⁸ Guigoni, *Antropologia del mangiare*, p. 13.

¹⁹ Forno, Graziano, *Il consumo critico*.

che interessanti *fake news* legate all'assunzione di determinati cibi contenenti principi nutraceutici capaci di immunizzare. Le persone che improvvisamente si sono ritrovate a ripensare al valore del cibo in relazione alla propria dieta, e che avevano interrotto quel sapere tradizionale tramandato oralmente in famiglia legato alle caratteristiche e alle virtù dei cibi, sono state più di altre vittime di queste false notizie.

“Ho visto su internet che le arance combattono il Covid. Ogni mattina, non lo avevo mai fatto prima, mi preparo una spremuta. Ne ho fatte arrivare una cassa con l'acquisto online del supermercato, mi sembra che facciano proprio effetto... Mi sento bene...” (I1). “Dicono che la vitamina D non faccia prendere il Corona, ma io non so bene dove si trova sta vitamina D. Sono andato su internet a vedere e allora adesso mangio sempre un po' di noci. Speriamo basti!” (I2). “Sono andata a riprendere delle vecchie ricette che aveva scritto mia nonna su un libretto. Era nella sua credenza quando è morta, lo avevo preso io come ricordo... beh questo Covid mi ha fatto ripensare al cibo della nonna, nel senso che siamo in casa e ci tocca far passare il tempo... Ho ripreso delle cose che una volta si facevano in casa, sai, tipo la pasta, alcuni dolci... beh all'inizio ero completamente incapace, adesso dopo un po' di prove e di settimane passate a confrontarle anche con internet, le ricette stanno venendo... e davvero sono più sane secondo me... Cioè io ero abituata, per la fretta a prendere i piatti surgelati, un giro di microonde e tutto pronto... Ma non sempre digerivo queste cose... I piatti della nonna sono leggerissimi!” (I3)²⁰.

L'emergenza Covid19, come testimoniano le parole tratte da alcune delle interviste da me effettuate nella prosecuzione della ricerca sul cibo, le preparazioni casalinghe e le ricette familiari, sembra abbia costretto le persone a ripensare al proprio modo di alimentarsi, riscoprendo sia ricette di casa sia alimenti ritenuti salutari. Se si procede con una breve indagine di etnografia digitale si possono trovare diversi siti, che spesso propagano notizie identiche, riportanti consigli su come combattere il Covid19 con l'alimentazione corretta: le pagine riportano le date del periodo di aprile e maggio 2020 quando in piena pandemia sembrava non vi fossero alternative alle misure di restrizione acuta messe in atto dai governi nazionali. Certamente è interessante notare come il vecchio *leitmotiv* che esistano elisir di eterna giovinezza e come nell'antichità tali pozioni fossero la mescolanza di ingredienti provenienti dalla natura, che esistano cibi capaci di svolgere la

²⁰ Interviste raccolte on line durante lo studio etnografico sulla pandemia da Covid19 - Fase 1 in Italia. Tutte le testimonianze sono state registrate tra i mesi di aprile e maggio 2020. Gli informatori erano uomini e donne di diverse fasce d'età e provenienza: I1, uomo, 34 anni, Lombardia; I2, uomo, 65 anni, Lombardia; I3, donna, 57 anni, Provincia autonoma di Trento.

stessa azione antibiotica di medicine prodotte chimicamente o di sfebbranti come l'aspirina sia ancora presente e corra sul web assai velocemente, rimbalzando da una parte all'altra del globo: allo stesso tempo è avvincente constatare che la scienza medica ufficiale (ad esempio la stessa OMS) sia corsa ai ripari cercando di smentire tutte queste informazioni, ribadendo che solo la medicina e le cure ospedaliere sono in grado di sconfiggere la nuova malattia.

Nei ricettari scritti dell'antichità troviamo, accanto alle ricette delle preparazioni, tutta una serie di indicazioni su come utilizzare determinati ingredienti per combattere i malesseri più comuni: spesso la bottega del farmacista o speziale era ricca anche dei medesimi ingredienti che il cuoco necessitava in cucina e il cuoco-speziale dispensava consigli su come curarsi. Nei ricettari che abbiamo esplorato anche nel territorio trentino vi sono pagine dedicate ad alcune di queste preparazioni utili in casa e che permettevano una prima risoluzione a malanni quali gli accidenti respiratori, le problematiche dell'apparato digerente, la gotta, i dolori articolari, i mal di testa e la particolare condizione della gestante, della puerpera e del neonato.

Il cibo era allo stesso tempo un nutrimento reale e un nutrimento simbolico: molte delle preparazioni erano associate a momenti specifici della vita familiare, molti piatti venivano preparati solo in determinate situazioni, assumevano quindi connotazioni puramente paradigmatiche. Ora, quando ce ne rammentiamo o quando per caso gli aromi di queste preparazioni giungono alla nostra attenzione, subiamo quel processo proustiano che abbiamo descritto in relazione alla *madeleine*; ognuno di noi ha una propria focaccina dolce e in ogni ricettario troviamo una di queste prelibatezze che ci permettono di emozionarci e di aprire lo scrigno dei ricordi.

*In punta di piedi nelle dimore borghesi e nobiliari trentine:
il case study dei ricettari Todeschi von Eschfeld*

I ricettari possono essere di diverso tipo: nelle dimore troviamo quelli belli, stampati, addirittura enciclopedici, che ci raccontano tutto di ogni cibo e come preparare qualsiasi pietanza; ma molto più intriganti sono quei quaderni, magari sgualciti, ricchi di chiazze e di storie, con fogli volanti che escono dalle pagine, con inserti, ritagli, scrittura casalinga che vengono conservati gelosamente nelle cucine perché frutto di tante mani, di tanti cuori, di tanto sapere. Redatti prevalentemente da donne e tramandati sempre per via femminile, custodiscono quella tradizione intima che ancora oggi vive nel segreto della casa: ogni cultura ha i suoi ricettari, che per-

mettono di entrare prepotentemente nell'intimità, che svelano il segreto nascosto, quasi alla stregua di libri magici e permettono la trasformazione e la acculturazione del cibo e con esso di ciascun commensale. "Per gli animali umani il cibo è cultura: è cultura quando lo si produce, quando lo si prepara, quando lo si trasforma, quando lo si consuma e persino quando lo si sceglie"²¹.

Questi libri, frutto del *bricolage* familiare, sono una collezione di cultura, una possibilità per aprire una finestra su un luogo, su un ambiente, su una storia che è sempre storia di vita o di vite che hanno creato e che hanno incontrato altre vite. "I ricettari famigliari sono fra i pochi testi scritti che la giovane sposa portava con sé nella nuova casa e che leggeva, rileggeva, glossava, modificava, spesso lasciando sulle pagine i segni della combinazione fra lettura e sperimentazione pratica: ditate di unto e gocce di chermes"²².

Questi documenti, che continuano a dialogare con la storia sia durante la loro genesi sia successivamente, possono aiutarci a comprendere le abitudini culturali delle famiglie di ogni luogo: la cucina riflette anche le idee di chi la pratica e spesso, in alcune case, troviamo ricettari che altrove mancano e una modalità di preparare i menù per rimarcare delle appartenenze identitarie o politiche specifiche. Per esempio in Trentino un'informatrice rivela:

"A casa mia si mangiava italiano... Era stato proprio mio padre a raccontarmelo. Nei primi anni del Novecento e fino alla Grande Guerra i miei nonni ostentavano, soprattutto la domenica, menù composti da piatti tipicamente italiani. Eravamo una delle pochissime famiglie che poteva permettersi di pagare la pasta, cara per via dei dazi, che veniva dall'Italia e, accanto al tricolore che stava in salotto, c'erano i ricettari in cucina della Turco Lazzari e anche dell'Artusi, ma soprattutto la Lazzari qui nel Trentino era la dichiarazione di italianità a tavola"²³.

I ricettari lagarini, che sono ancora patrimonio intimo, sono diversi: quelli della famiglia Maderini-Marzani, nella quale coesistevano accanto a quelli compilati a mano i famosi volumi della Lazzari (come il *Manuale pratico di cucina, pasticceria e credenza per l'uso di famiglia* o *Il piccolo focolare. Ricette di cucina per la massaia economo*); quelli di casa Guerrieri-Gonzaga, la cui biblioteca conserva ancora oggi uno splendido ricettario del 1581 (in

²¹ Cavalieri, *E l'uomo inventò*, p. 84.

²² Muzzarelli, *Nelle mani*, p. 170.

²³ Testimonianza raccolta il 25 settembre 2015 in Vallagarina. La testimone, donna nata in Trentino nel 1938, ha chiesto di rispettare il suo anonimato.

tedesco) ereditato da Sigismondo Moll; quelli di casa Bridi-De Probizer (dati in custodia alla Biblioteca civica di Rovereto e noti sotto il nome di don Felice Libera); quelli di casa Fiumi ora patrimonio della Biblioteca civica di Verona, poiché i membri si stabilirono a inizio Novecento a Roverchiara; infine quelli della famiglia Todeschi von Eschfeld che analizzeremo nelle prossime righe. Fu certamente la borghesia media e alta a mantenere l'uso di ricettari stampati accanto ai più semplici manoscritti e a comporre i menù sia per le occasioni importanti sia per il desco quotidiano, mescolando le due tradizioni. I ricettari domestici si arricchiscono, grazie alla presenza di quelli a stampa, anche di ricette provenienti da diverse parti d'Italia: è il caso dei manoscritti di casa Pedrotti, dove probabilmente si preparavano specialità originarie di altre regioni italiane (in particolare Veneto, Lombardia e Emilia). In questi ricettari di casa tuttavia non vengono menzionati i piatti tipici della cucina popolare, oggi molto in voga riproposti nelle sagre di paese o nei ristoranti: si nota infatti l'assenza ad esempio della *mosa* o dello *smacafam*. Un informatore mi racconta: "No! La *mosa* no! Mai mangiata a casa mia. Era un cibo da poveri, così dicevano sia la nonna sia la mamma e quindi neanche raramente veniva fatto preparare dalla cuoca... Ho provato a mangiarla ad una rievocazione e devo dire che è stata la mia primissima volta"²⁴. Un'altra invece, proprio davanti a un piatto di *mosa*, mi confessa:

"Ah la *mosa*... Sì, quella veniva fatta in casa mia... Era cibo da poveri, ma noi eravamo, come dire, dei commercianti, piccoli commercianti, quindi la maggior parte dei cibi della mia infanzia sono identici a quelli dei miei compagni poveri. Solo dopo, ma molto più grandi, quando alcuni matrimoni delle mie sorelle hanno portato ad un agio diverso, allora questi piatti sono spariti a poco a poco dalla quotidianità. Ma solitamente c'erano polenta e *renga*, *smacafam*, quello sempre... Anche oggi quando li assaggio alle sagre, come quella di Avio o Mori²⁵, beh, mi sembra di tornare bambina"²⁶.

Il ricettario donato da Ruggero De Probizer (il 12 dicembre 1947) alla biblioteca di Rovereto è di epoca tardo settecentesca (con delle aggiunte successive di fine Ottocento) e presenta una cucina poliedrica e attenta alle contaminazioni: le ricette sono molto elaborate e trascritte con dovizia di

²⁴ Testimonianza raccolta il 4 agosto 2016 in Vallagarina. Il testimone, uomo nato in Trentino nel 1932, ha chiesto di rispettare il suo anonimato.

²⁵ L'informatrice si riferisce alla *Ganzega* a Mori, rievocazione annuale del periodo a cavaliere tra la fine del XIX e il XX secolo e all'evento *Uva e d'intorni* organizzato dal Comune di Avio, dove spesso vengono serviti i piatti popolari.

²⁶ Testimonianza raccolta il 4 ottobre 2014 in Vallagarina. La testimone, donna nata in Trentino nel 1933, ha chiesto di rispettare il suo anonimato.

particolari, gli ingredienti sono in alcuni casi rari e costosi e le influenze venete sono notevoli. L'attribuzione a don Felice Libera appare apposta successivamente alla compilazione delle ricette e venne fatta da Antonio Rossaro che, come bibliotecario, aveva consultato questo libro in archivio; tale attribuzione è confermata dal proprietario, discendente per via materna dai Libera di Avio (la madre era Clotilde Libera, andata sposa a un De Probizer di Rovereto). Il libro è composto da due parti, nettamente distinte, anche per il linguaggio (uso di numerosi francesismi) e di ingredienti sempre più particolari. Le influenze della cucina estera sono molte e questo ci permette di comprendere quanto il territorio trentino fosse in relazione con il resto dell'Italia e dell'Europa anche a tavola²⁷.

In casa Todeschi von Eschfeld i ricettari sono di diverso tipo: ne abbiamo ritrovati nove, di cui tre a stampa in lingua tedesca e sei manoscritti²⁸. La famiglia Todeschi di Rovereto era legata, grazie a oculate politiche matrimoniali, alle più importanti famiglie nobiliari e alto-borghesi del territorio (i Meriggi, i Rigotti, i De Cosmi, i Pizzini von Thürberg, i De Cobelli, i Malfatti, i Tacchi di Monte Maria e i Thurn und Taxis) e discendeva da un unico capostipite, Abraham Deutsch, ebreo ashkenazita proveniente da Praga e trasferitosi prima a Venezia e poi in Valsugana in epoca settecentesca. Successivamente prese il nome di Ignazio Todeschi, si sposò con la figlia del medico Merigi o Meriggi di Isera ed ebbe undici figli; tra questi c'era Nicolò, dal quale discendono gli attuali eredi Carlo e Giovanni Battista, proprietari e custodi dei ricettari di casa. La famiglia Todeschi per alcuni importanti servigi resi all'Impero ricevette il titolo di prima nobiltà (1751) e successivamente quello baronale (1768) grazie alle iniziative ingegnose di Giovanni Battista (1730-1799), che risolse il problema del dazio consumo a Rovereto. I primi ricettari manoscritti risalgono alla seconda metà dell'Ottocento e sono certamente vergati tutti da mano femminile. Infatti le baronesse, mogli e figlie, e le governanti istruite collezionarono un'infinità di ricette utili a preparare sia piatti per la mensa quotidiana sia per occasioni speciali. Nelle diverse case trentine alto-borghesi o nobili che ho visitato e in cui ho raccolto le testimonianze, spesso mi sono stati mostrati menù semplici per la cena della settimana ed elenchi di piatti per banchetti specifici. Narra un informatore:

“A casa nostra c'erano due ricettari diversi: uno per i piatti della settimana e uno che conteneva le preparazioni della domenica e delle occasioni speciali. Ad esempio ricordo che c'era il banchetto per il fidanzamento e ogni qual volta

²⁷ Libera, *L'arte della cucina*.

²⁸ Di questi ricettari e della storia di famiglia si veda Villa, *Quando il cibo*, pp. 79-83.

uno di famiglia si fidanzava ufficialmente veniva preparata sempre quella sequenza di portate. Per non parlare di Natale o Pasqua e degli anniversari maggiori o dei battesimi. Guarda qui ecco un esempio... portate a non finire! Non so se oggi riusciremmo a terminare come commensali un pranzo così costruito ed elaborato²⁹.

I ricettari di casa Todeschi sono redatti in più lingue ed evidenziano quindi la cultura alta delle baronesse e la presenza di una governante bavarese, Luisa Prechtel, entrata in famiglia da giovanissima e rimasta a Rovereto fino alla morte in età avanzata (prima era a servizio dai conti Terlago). Le baronesse, in particolare Sofia, erano amanti della cultura gastronomica trentina, italiana ed europea, come testimoniato dalla presenza di diverse ricette dagli ingredienti ricercati o dai nomi quasi orientalizzanti. I ricettari risentono dell'influenza anche di Hulda Berger Goldstein, anch'ella ebrea, nonna di Carlo e Giovanni Battista, conosciuta da Giovanni, fratello di Sofia, a Faido nel Canton Ticino durante la Prima guerra mondiale, luogo dove la famiglia in modo lungimirante si era rifugiata per salvaguardare i beni e il patrimonio (trasportato da Federico Todeschi da Rovereto alla Svizzera con due treni merci nel 1913). Hulda e Giovanni si sposarono in terra elvetica e tornarono in Trentino nel 1918: in quegli anni la giovane baronessa diresse la casa di Rovereto (Villa Chiusura in via Valbusa, costruita dall'architetto Francesco Saverio Tamanini) e certamente utilizzò e contribuì all'incremento dei ricettari di cucina. A causa della pubblicazione delle leggi razziali fasciste (1938) e dell'inasprirsi dell'antisemitismo in Italia la donna si vide costretta per salvare la propria incolumità a lasciare il paese e trasferirsi nuovamente in Svizzera, a Zurigo e San Gallo.

I ricettari sopravvissero a tutti questi spostamenti e vennero arricchiti almeno fino agli anni Sessanta del Novecento sempre dalla governante e dalla nuova baronessa, moglie di Luciano Todeschi, Paola Defrancesco. Se li si sfoglia si trovano sia interessanti collezioni di ritagli, anche di giornali dell'epoca, riportanti ricette o prescrizioni utili, buste o volantini riciclati con brevi ricette, disegni³⁰: questo costituiva un sapere tradizionale, ora quasi completamente scomparso tra le giovani generazioni, ma che una governante o una padrona di casa acquisiva fin dalla più tenera età.

Il quaderno verde riferito al periodo della Grande Guerra vede ricette con influenze francesi: alcune utilizzano i nomi specifici delle preparazioni

²⁹ Testimonianza raccolta il 5 maggio 2017 a Trento. Il testimone, uomo nato in Trentino nel 1935, ha chiesto di rispettare il suo anonimato.

³⁰ Tra gli altri vogliamo menzionare un profilo di bovino con tracciate al suo interno delle zone dell'animale quasi a comporre una 'carta geografica' e una legenda riportante l'uso delle singole parti in cucina.

in questa lingua come le *croquettes* di pollo e piselli, le *pascades* (frittatine simili ai *pancake* molto in voga attualmente), la *suprême* di Gamberi, i *soufflés* di *crevettes*, il Filetto *princesse*, il *ramequins* savoiardo o le patate *blaise*; queste ultime riportano delle indicazioni molto specifiche come l'altezza della pasta di patate e farina, che deve raggiungere due monete da 5 franchi svizzeri sovrapposte, o il taglio circolare da farsi con bicchieri da Bordeaux. Vi sono piatti lombardi come il fegato di vitello o il risotto, entrambi alla milanese: quest'ultimo non ha nulla a che vedere con quello allo zafferano, ma prevede l'uso di purea di pomodoro, un mazzetto di erbe aromatiche, il prosciutto, i funghi e mezzo cervello. Di altre provenienze regionali troviamo ad esempio gli spaghetti alla napoletana e come piatti esteri possiamo leggere gli *scones* di patate scozzesi, i pomodori all'americana o un riso alla creola. Vi sono ricette specifiche per bambini come il brodo di legumi o una zuppa di verdura e riso (con specificato accanto: secondo la formula del Dr. Méry) e il decotto di cereali utile anche per i malati e i convalescenti. Essendo preparazioni datate 1916-17 vi sono anche interessanti segnalazioni di minestre economiche o grassi economici come quello composto da grasso di vitello e latte condensati sul fuoco in casseruola per tre ore e poi riposto in barattoli e utilizzabile al posto del burro o la preparazione del grasso di Normandia (grasso di bue e di maiale cotto con verdure per sei ore e anch'esso conservato con sale e pepe). Il ricettario cita anche che la *panera*, ossia la pelle del latte bollito che si può conservare 8 giorni se riposta al fresco e può essere usata per preparare una torta di riso. Alcune ricette, tra parentesi, riportano la fonte, come il pane gratinato ricopiato da una edizione della "Domenica del Corriere", oppure hanno nomi interessanti come la bistecca di fiocchi d'avena, molto digeribile, che non prevede nella preparazione la carne ma utilizza latte, uova, farina e fiocchi d'avena ricopiata dall'ultima pagina della rivista parigina "La Mode Illustrée" datata 27 maggio 1917. Vi sono riportati anche una serie di consigli per sistemare cibi o preparazioni (come il brodo inacidito, ad esempio) che hanno perso la loro freschezza o si sono bruciati durante la cottura, al fine di risparmiare il più possibile, oppure consigli per essiccare le verdure o la frutta.

Le ricette, vergate dalla governante bavarese, sono spesso in tedesco e provengono dalla cucina mitteleuropea: questo quaderno color marrone che inizia il 21 novembre 1892, e che vede nella sua composizione anche altre mani, sembra essere stato frequentemente usato; molte infatti sono le macchie riferibili alle preparazioni in cucina, i fogli si staccano e sono molto ingialliti. Ricette completamente scritte in francese furono probabilmente riportate dalla baronessa Sofia, come il *gâteau biscuit et crème*, il *soufflé d'amandes*, la *crème bavaroise* e tante varianti di *pudding*. Alla fine delle ri-

cette ci sono i commenti (buono, buonissimo, mediocre) e in alcuni casi abbiamo anche tra parentesi la provenienza (orale) di alcune ricette, come il *blanc manger* o la gelatina di arancio, entrambe di Enrica, la *zugelhupf* della Gigia, il *pudding* di burro e uva di Irene o il dolce freddo di Maria Malf. Un ulteriore quaderno con date che vanno dal 1933 al 1939 contiene alcuni menù settimanali (lunedì polpette di manzo a pranzo e a cena uno sformato di piselli o funghi; martedì vitello lessato in salsa di capperi e patate lesse o riso bianco e a cena gnocchi di semolino al forno e verdura; mercoledì scaloppine con polenta o patate e a cena pasta con salsa di tonno o acciughe, frittata e insalata; giovedì pesce e patate o gnocchi di pane e uova con insalata e a cena riso con avanzi di pesce, piselli e verdura; venerdì rigorosamente pesce e a cena purè di patate con uova al burro; sabato manzo a pranzo e gnocchi di patate o pane a cena con nervi e verdure), oppure varie proposte di cene più o meno sostanziose come quelle con pasta fresca condita con burro o ragout o maccheroni pasticciati con prosciutto e avanzi di carne, risotti ai funghi o legumi e avanzi di pesce. In questa raccolta degli anni Trenta compaiono pesci alla cinese e riso all'orientale (pilaf), cannelloni alla provenzale, crème Malakoff e ricette estratte dal "Corriere della Sera" (come quella del 18 novembre 1939) e tradotte dall'italiano al tedesco da Luise Prechtel.

Un quaderno verde marmorizzato a righe rilegato in cartone spesso con date che vanno dalla fine degli anni Venti al 1939 è finemente scritto a inchiostro in italiano e tedesco: è stato iniziato da entrambe le parti e vede molte ricette di dolci tra cui almeno 53 tipologie di budini (tra cui un budino pitocco) e 36 ricette di torte (tra cui la torta Metternich, la torta Simona, la torta Maddalena, la torta di patate dolce e la torta di rosolio), una *mosa* di limone, che non ha niente a che fare con la *mosa* trentina (tuorli, succo di limone, zucchero e marsala) e, a p. 39, una ricetta di *zelten* così composta:

“si fanno lievitare 8 soldi di lievito di birra con un po' di latte e zucchero, si mette in una padella 42 deca di farina, si forma nel mezzo una cavità, si versa il lievito. Si fa ingrandire la pasta con un po' di farina, e si fa di nuovo lievitare. Si aggiungono 3 uova intere, 3 cucchiaini di zucchero, 3 deca di burro sciolto nel latte e si lavora la pasta. Si mette frutta a piacere e colloca su una piastra e si fa lievitare, si unge poi con uovo e si fa cuocere” [non vi sono indicazioni di tempistiche di cottura].

È presente anche un dolce con savoiardini chiamato meggo o mezzo africano, di cui non siamo riusciti a trovare alcuna corrispondenza con una ricetta conosciuta, un pane del vescovo con cioccolato a dadini e uva sulta-

nina (sembra avvicinarsi alla ricetta tradizionale del pane dei morti lombardo), tre versioni della pasta frolla Artusi e una torta di guerra, semplicissima con farina di cereali e farina di polenta, zucchero e latte (per ogni ingrediente la misura è una sola tazza). Datata ottobre 1937 compare una sola ricetta di strudel vergata dalla mano di *Frau* Perchtel, probabilmente una sua ricetta personale.

Come ricorda ancora Muzzarelli:

“Di fatto spellando, tritutando e cuocendo le donne hanno saputo legare piatti a situazioni personali ed extrafamiliari trasformando il libro di casa infarcito di ricette di eterogenea provenienza in un archivio di memorie e di sentimenti dal quale recuperare anche a distanza di tempo tracce di situazioni legate a odori, sapori e preparazioni. Questo ha consentito e consente di non dimenticare, di riprodurre, di consolidare, di tramandare facendo storia e insieme dotando il futuro di solide radici”³¹.

Anche il cibo, dunque, ci permette di accostarci con rispetto e curiosità alla cultura passata e presente di un territorio e può essere una modalità utile per scoprire più profondamente i segreti intimi della società che abitiamo o visitiamo come turisti.

Bibliografia

- Stefania Bianchi, *Nostalgia del gusto e gusto della memoria*, in “Rivista di Storia delle Alpi”, 13 (2008), pp. 43-60.
- Éugène Briffault, *Paris à table*, Paris, Le Petit Mercure, 1846.
- Rosalia Cavalieri, *E l'uomo inventò i sapori: storia natura del gusto*, Bologna, Il Mulino, 2014.
- Mary Douglas, *Purezza e pericolo: un'analisi dei concetti di contaminazione e tabù*, Bologna, Il Mulino, 1976.
- Dominik Flammer, Sylvan Müller, *L'eredità culinaria delle Alpi*, Bellinzona, Casa grande, 2013.
- Francesca Forno, Paolo R. Graziano, *Il consumo critico*, Bologna, Il Mulino, 2016.
- Zelda Franceschi, *Storie di vita*, Milano, Ledizioni, 2012.
- Clifford Geertz, *Interpretazione di culture*, Bologna, Il Mulino, 1988.
- Lia Giancristofaro, *Tomato Day. Il rituale della conserva di pomodoro*, Milano, Franco Angeli, 2012.
- Cristina Grasseni, *La reinvenzione del cibo. Culture del gusto fra tradizione e globalizzazione ai piedi delle Alpi*, Verona, QuiEdit, 2007.
- Alessandra Guigoni, *Antropologia del mangiare e del bere*, Altravista, Pavia, 2009.

³¹ Muzzarelli, *Nelle mani*, p. 134.

- Marvin Harris, *Buono da mangiare. Enigmi del gusto e consuetudini alimentari*, Einaudi, Torino, 1990.
- Giulia Lazzari Turco, *Ecco il tuo libro di cucina. Manuale pratico di cucina, pasticceria e credenza per l'uso di famiglia*, Venezia, Tipografia Emiliana, 1904.
- Giulia Lazzari Turco, *Il Piccolo Focolare. Ricette di cucina per la massaia economo*, Venezia, Tipografia Emiliana, 1908.
- Claude Lévi-Strauss, *Mitologica 1. Il crudo e il cotto*, Milano, Il Saggiatore, 1966.
- Claude Lévi-Strauss, *Mitologica 3. Le origini delle buone maniere a tavola*, Milano, Il Saggiatore, 1971.
- Felice Libera, *L'arte della cucina: ricette di cibi e di dolci: manoscritto trentino di cucina e pasticceria del XVIII secolo*, Bologna, Forni, 1986 (riproduzione anastatica del manoscritto).
- Klaus E. Müller, *Piccola etnologia del mangiare e del bere*, Bologna, Il Mulino, 2005.
- Maria Giuseppina Muzzarelli, *Nelle mani delle donne*, Bari-Roma, Laterza, 2013.
- Emanuela Renzetti, *Polenta e....*, in "Rivista di Storia delle Alpi", 13 (2008), pp. 149-162.
- Enrico Rizzi, *Alimentazione e vita pastorale nelle Alpi Svizzere, Grigioni, Ticino, Vallese e Walser*, Novara, Fondazione Enrico Monti, 2015.
- Julian Steward, *Theory of Culture. The Methodology of Multilinear Evolution*, Chicago, University of Illinois press, 1972.
- Rodolfo Taiani, *L'incognita alimentare*, in "Rivista di Storia delle Alpi", 13 (2008), pp. 135-148.
- Pier Paolo Viazzo, *Introduzione all'antropologia storica*, Bari-Roma, Laterza, 2012.
- Marta Villa, *A Carnevale... ogni cibovale!*, in "AltreStorie", 33 (2010), pp. 25-27.
- Marta Villa, *Alpi tra patrimoni alimentari immateriali e valorizzazione del turismo gastronomico*, in *Foodie con la valigia. Il turismo enogastronomico in Italia*, a cura di Alessandra Guigoni, Roma, Aracne, 2019, pp. 225-242.
- Marta Villa, *L'interdetto. Saggi antropologici sul concetto di esclusione*, Roma, Aracne, Roma, 2021.
- Marta Villa, *Il patrimonio alimentare e la valorizzazione del territorio. Il casework del fungo dalla tradizione della Valle dei Mocheni alla figura di Giacomo Bresadola*, in *Il brand della memoria trentina. Il micologo Giacomo Bresadola patrimonio dell'umanità: nuova cornice per un'icona*, a cura di Casimira Grandi, Roma, Aracne, 2020, pp. 93-106.
- Marta Villa, *Quando il cibo è specchio del territorio: l'antropologia culturale e l'alimentazione*, in *Alimentazione e arte della cucina. L'esperienza del Trentino*, a cura di Giuliano Di Bernardo, Marta Villa, Bari-Roma, Laterza, 2019, pp. 51-83.
- Marta Villa, *I riti di carnevale in due piccole comunità della Vinschgau: Prad am Silfserjoch e Stilfs*, in "I Quaderni del Ramo d'Oro Online", 4 (2011), pp. 60-77.
- Marta Villa, *Il segreto di un ortaggio, scrigno di saperi incomparabili*, in *Nosellari e il suo porro*, a cura di Graziella Bernardini, Pergine, IdeaStampa, 2019, pp. 5-7.