

# È SCATTATA LA *cibo*

Dalla tavola conviviale alla **condivisione delle immagini** in rete, come è cambiato il rapporto con il cibo

**F**otografato al fast food, al ristorante stellato o sulla tavola di casa propria, postato in Facebook o in Instagram, esibito in libreria, esaltato in tv... il cibo sta diventando sempre più una star. Il piacere alimentare, iniziato come fenomeno di élite - ricordiamo tutti i primi chef stellati e il pubblico di appassionati delle diverse scuole della ristorazione, vedi nouvelle cuisine, si sta sempre più trasformando in fenomeno di creatività di massa. Tanto che i sociologi parlano già di gastro-society cioè di una società in cui il cibo è sovrano e i cittadini gourmet sono spettatori accaniti che fanno il tifo sulla cottura degli alimenti e sulla loro conservazione, provenienza, preparazione. Ecco come si declina la "cibo mania".

## Al Nord di più...

I ristoranti con le stelle sono in prevalenza al Nord: dalle Alpi a Venezia oggi si registra la più alta concentrazione di trattorie e ristoranti con una, due, tre stelle Michelin. La Lombardia guida la classifica con 57 locali, seguono il Piemonte con 38, il Trentino con 27, il Veneto con 23, la Liguria con 11 e la Valle d'Aosta con 5.

→ FOOD PORN È LA PRESENTAZIONE VISIVA DEL CIBO RES.



# - mania!

## POSTIAMO OGNI PIATTO

Condividiamo su Facebook torte al cioccolato con panna, inviamo gustosi piatti di spaghetti al basilico su WhatsApp, postiamo su Instagram verdure colorate: in tutto il mondo furoreggia il food porn, cioè la presentazione visiva del cibo resa allettante da immagini ed effetti grafici che ne esaltano forma e colori. \* «Questa tendenza, iniziata qualche anno fa negli Usa, sta dilagando con la diffusione di tablet e di smartphone che consentono di fotografare i piatti, condividere l'immagine e ricevere commenti» spiega Linda Gobbi, sociologa specializzata in Metodologia e tecniche di ricerca.

## FACCIAMO LA SPESA DAL CONTADINO

Cresce l'offerta di cibi a chilometro zero o a **filiere corte**: si tratta di alimenti venduti nelle vicinanze del luogo di produzione.

\* «Hanno un prezzo più basso dovuto ai ridotti costi di **trasporto e di distribuzione**, dato che spesso è lo stesso agricoltore a occuparsi della loro vendita» dice Pietro Leemann, cuoco alimentarista.

\* «Inoltre, sono prodotti non sottoposti a lunghi trasporti e stoccaggi perciò mantengono inalterato il contenuto in **vitamine e minerali**. C'è di più: sono prodotti in Italia, dove le leggi in termini di controlli igienico-sanitari sono molto severe» aggiunge il cuoco.

## Una scelta per la salute

La scelta del km 0 è ambientalista e salutista: riduce l'emissione di anidride carbonica e dei **gas a effetto serra** provocati dal trasporto. «Inoltre, questi alimenti non hanno bisogno di imballaggi di plastica e cartone e ciò li rende realmente ecosostenibili» aggiunge Leeman.

## Quali social network?

I canali come Pinterest, Foodspotting, Twitter e YouTube sono i più usati. Attenzione: la sovraesposizione a queste immagini stimola i circuiti cerebrali dell'appetito, inducendoci a mangiare e orientando i nostri gusti verso alimenti non sempre salutari.

## SIAMO ALLA RICERCA DEGLI CHEF STELLATI

I cuochi stanno diventando star: autori di libri, protagonisti di trasmissioni tv, fiere enogastronomiche, titolari di raffinati **corsi di cucina**, che insegnano come valorizzare un ingrediente particolare e quali sono i segreti per una cucina "di culto".

\* Da Torino a Milano, da Bologna a Roma e a Ragusa è possibile **isciversi a seminari** di cucina organizzati da uno chef stellato, della durata di un pomeriggio o un weekend.

\* A Napoli è stato addirittura creato un **gastro-presepe itinerante** nel quale i personaggi sono famosi cuochi.

## Rivalutare i piatti regionali

«I motivi del successo? Riscoprire lo stile alimentare di molte regioni italiane, ma anche di tante parti del mondo, **rivalutando le singole culture** e facendole conoscere», afferma la sociologa Linda Gobbi. »

40%

L'AUMENTO NEGLI ULTIMI TRE ANNI DEI TURISTI ENOGASTRONOMICI, PARI A CIRCA 3 MILIONI





## Perché li guardiamo in tv

Da "Cotto e mangiato" a "La prova del cuoco" fino a "Masterchef", a ogni ora in tv compaiono tavole imbandite organizzate da cuochi dilettanti e di professione, a volte in competizione. Ci sono anche canali a tema dove si cucina e si assaggia no-stop. Questi programmi fanno impennare l'Auditel perché danno spunti utili su come fare la spesa, come spendere meno, come usare in modo corretto gli elettrodomestici e tanto altro. Forniscono suggerimenti su come decorare un piatto facendo sembrare un'insalata una pietanza gourmet. Davvero un grande aiuto quando si hanno ospiti all'ultimo minuto...

## TUTTI PAZZI PER IL CAKE DESIGN

Miniature di zucchero e glasse colorate: è il cake design, una moda pasticceria che piace sempre di più ed è utilizzata per feste di compleanno, torte nuziali, ma anche per merende sfiziose.

\* Gli appassionati del genere si moltiplicano giorno dopo giorno, tanto che a Roma, in giugno, e a Milano, in ottobre, si terrà la terza edizione del **Cake design festival**, una manifestazione nella quale il dolce è protagonista come vera e propria opera d'arte. In questa forma espressiva ci si sbizzarrisce: c'è chi riproduce cartoni animati, composizioni floreali, fiabe, paesaggi e scene magiche come quelle del mago di Oz.

### Non è un attentato alla salute...

Un attentato alla salute? No, ci sono designer esperti in creazioni **senza glutine** per celiaci, oppure senza **tracce di latte** per intolleranti al lattosio. C'è anche una linea **green**, per i vegetariani, che non usa colla di pesce per creare la pasta di zucchero o l'albume per il marzapane.

### ... ma occhio alla bilancia

Tutto perfetto, ma il **problema calorie è in agguato**: per evitarlo si consiglia il cake design all'uncinetto. Riproduce meravigliosi boschi innevati con il colore dello zucchero e del cioccolato.

## W IL BLOG!

Fra i più gettonati in Italia c'è "Giallo Zafferano", che oggi si sta trasformando in un sito vero e proprio, molto stimolante sia per gli appassionati di cucina sia per chi è alla ricerca di una **guida per cominciare a cucinare**. A seguire, "Cavoletto di Bruxelles", un ricettario pieno di immagini e novità internazionali e "Sorelle in pentola", un punto di riferimento per chi ha come obiettivo culinario quello di tornare alle origini, ai prodotti dimenticati, alla terra. Assolutamente da ricreare il formato di pasta bolognese delle ideatrici Angela e Chiara Maci. Durante un giro sul web non perdetevi Tocco di Zenzero che dà tanti spunti creativi per inviti, cene, ritrovi fra parenti e amici. Obiettivo è quello di fondere cucina piemontese e provenzale, strizzando ogni tanto l'occhio alle ricette d'Oltreoceano. Infine, è utilissimo per attivare l'**operazione riciclo**, tanto diffusa in tempo di crisi, il blog "EcoCucina" che insegna ricette a costo quasi zero!

51%

I PROPRIETARI DI SMARTPHONE IN USA CHE SCELGONO SUI CANALI INTERNET IL RISTORANTE IN CUI ANDARE A MANGIARE



Masterchef Italia

Mi piace · Commenta

5 4



Cotto e mangiato

Mi piace · Commenta

5 4



La prova del cuoco

Mi piace · Commenta

5 4



SECONDO GOOGLE ANALYTICS I BLOG ITALIANI DI CIBO E VINO SONO I PIÙ DEGLI STATI UNITI, PRINCIPALE MERCATO DEL FOOD MAD

## Alimenti in foto: una nuova scrittura

Con l'immagine di un dolce o il primo piano di un piatto parliamo di noi, raccontiamo le nostre emozioni: la foto può svolgere il ruolo di maschera da presentare a chi sta entrando in rete.

\* «Diventa una proiezione del nostro ego, del nostro carattere in quell'istante: in ufficio e a casa ricopriamo ruoli, svolgiamo compiti, con paura, timidezza, aggressività» dice Carlo Lazzari, psicologo.

\* «Attraverso il gioco comunicativo dei messaggi visivi di cucina enfatizziamo le nostre inclinazioni profonde o le camuffiamo».

\* Spesso, tra amici, si parla di piatti, ricette e cucina. Su Facebook o Twitter il gioco è simile.



In Flickr, la più grande comunità fotografica del web, il gruppo interamente dedicato al mangiare con gli occhi conta quasi 40mila membri e 600mila immagini caricate.

## Lo psicologo

Carlo Lazzari, medico, psicologo e psicoterapeuta a Londra.

«Può aiutare a conoscere meglio se stessi»

### • Questa passione per la cucina è un fatto positivo?

Un dato positivo evidente è che il cibo-immagine veicolato in rete è un canale, per quanto semplificato, di espressione delle emozioni, ma nella nostra civiltà digitale, uno dei problemi più evidenti è la sostanziale difficoltà di lettura delle proprie emozioni e di quelle altrui. Spesso confondiamo i pensieri e i giudizi con i sentimenti, mentre il pensare e il sentire viaggiano su registri completamente diversi, e appartengono a fasi evolutive differenti del nostro cervello.

### • È un modo per manifestare le proprie emozioni?

Spesso le scuole di cucina si trasformano in laboratori che aiutano a migliorare la conoscenza e l'espressione delle emozioni. Si ribadisce così che gli stati d'animo vengono espressi o dissimulati attraverso espressioni artistiche, immagini, gesti.

### • È anche un'occasione per fingere...

Le emozioni espresse attraverso i piatti possono non corrispondere per niente al nostro vero stato interno: così ci abituiamo a fingere, a usare emozioni esasperate per obiettivi "seduttivi" cioè per risultare curiosi, simpatici, divertenti e conformarci alle aspettative dell'interlocutore. Perdendo di vista noi stessi.

## La sociologa

Linda Gobbi, sociologa specializzata in Metodologia e tecniche di ricerca al Future Concept Lab.

«Stimola la creatività e gli scambi intergenerazionali»

### • È solo una moda o qualcosa in più?

La food mania non è solo esagerazione mediatica. È anche un laboratorio di creatività e di scambi fra generazioni e culture diverse. Si osa di più in cucina, si è più attenti all'arte del ricevere: dalla preparazione del pasto si passa al decoro della tavola e alla passione per tutti gli elementi della preparazione, vedi fiori, candele, coriandoli, segnaposto.

### • È una forma di comunicazione?

Sicuramente si dilatano gli orizzonti immaginativi: postare le foto dei propri piatti o dei cibi consumati fuori casa, dall'agriturismo al ristorante stellato o etnico, implica scambiare informazioni con altri, con culture differenti, e affinare le proprie capacità di giudizio estetico.

### • Anche uno scambio interculturale?

Sì, ma non solo. Gli effetti della food-mania possono essere colti, in positivo, anche nel gioco di scambio tra le generazioni. Genitori o addirittura nonni che riprendono il gusto di cucinare insieme ai figli e ai nipoti, che amano trasmettere ricette, trucchi, educazione. Cibo al centro significa anche recuperare ingredienti e alimenti più legati alle tradizioni locali e attivare un nuovo senso del gusto: si affina il palato, si riconosce il buono oltre che il ben fatto.



## Dalla natura alla naturalità

«Possiamo ipotizzare che gli effetti positivi dell'esponentiale interesse per ciò che riguarda il cibo sia un nuovo modo di guardare alla natura, al corpo, alla sua cura, ai suoi modelli di rappresentazione» dice la sociologa Linda Gobbi. Come nella cucina si affermano il rispetto delle stagioni, la lentezza di vedere crescere e maturare gli ingredienti, così si affermano nuove rappresentazioni del sé, che rispettano i tempi biografici e biologici del singolo. «Una cura del corpo che guarda alla natura come principio e come metodo: scienza che fa tesoro di esperienze e ingredienti» aggiunge Gobbi.

SEGUITI DAI GOURMET

IN ITALY, SEGUITI POI DA TEDESCHI, SVIZZERI E INGLESI

Servizio di Maria Angela Masino.