

Intervista Parla «il filosofo dell'alimentazione» che sferza la politica Usa

Pollan: «Mangia, cucina, parla Riscopri il sacro valore del cibo»

di **Lidia Lombardi**

«**A**h, le puntarelle. Sono riuscito a farle crescere nel mio orto. Ma soltanto una volta». Michael Pollan si lecca i baffi davanti al piatto di cimetite verdi condite con olio e acciuga.

Lui, statunitense giornalista e professore a Berkeley che sferza la politica alimentare, l'«esperimento puntarelle» lo ha fatto oltreoceano. Ma è proprio in Italia che ne fa l'elogio, nel ristorante dell'Hotel Astoria di Udine, dove è venuto per ricevere il Premio **Nonino** Risit d'Aur. Alto, dinoccolato, Pollan non potrebbe essere altrimenti, visto che per lui il primo comandamento è: «Mangia cibo. Non troppo. Soprattutto vegetali». Uno slogan che replica nei suoi libri, editi in Italia da Adelphi: «Il dilemma dell'onnivoro» e «In difesa del cibo».

Due volumi consequenziali. Nel primo analizza come l'uomo, capace di mangiare tutto, si chiede che cosa gli sia dannoso e trova alla fine di ogni alimento il mais, per una strategia inaugurata negli anni '70, allorché l'allevamento industriale fu costretto ad assorbire le scorte in eccedenza che stavano per abbattere il prezzo del cereale.

Corollario: i chichì gialli imperversano nei mangimi di polli, bovini, pesce; nelle bevande gasate, nel pane. Nel secondo libro Pollan va come un Indiana Jones alla ricerca dell'atto del mangiare in modo naturale: un dovere-piacere oggi superato dall'impero dei nutrizionisti, delle diete, delle polverine.

Dunque, a Pollan non interessano ricette e chef. Gli preme come si coltiva, si alleva, si produce. «Ahi, produce no», mi corregge. Perché quanto entra nel piatto non dovrebbe essere usato da un'industria. A Udine ha fornito un dato delle Nazioni Unite: per la prima volta nel mondo il numero dei sovralimentati ha superato quello dei malnutriti. Ovunque, il cibo spazzatura e cheap (permesso appunto dalla dittatura del mais) ha più spazio di quello genuino.

L'incultura alimentare dilaga, vero Pollan?

«La catena alimentare è diventata così lunga e opaca che molti sono giunti a credere che il vino venga dall'enoteca, le olive dal supermercato e gli hamburger da McDonald's. Il nostro sistema globalizzato e industrializzato ci farebbe pensare che il cibo sia solo un prodotto, invece che una serie di relazioni, fra la gente che lo produce e quella che lo consuma, fra tutte le piante, gli animali e i microbi che assieme costituiscono la catena alimentare. Dimenticare tutto questo significa mettere in pericolo molto più che la qualità di un pasto. Quando si tratta di

cibo come un semplice prodotto o oggetto, è probabile che si mangi senza attenzione, che lo si tratti come carburante invece della cosa sacra che è».

Eppure il cibo è superstar. In tv le trasmissioni dedicate alla cucina imperversano.

«La tv tratta la cucina come il pornografo tratta l'amore. Il cibo è un'altra cosa. Riguarda il piacere, la comunità, la famiglia e la spiritualità. Finché gli esseri umani hanno consumato i loro pasti assieme, il mangiare ha riguardato la cultura tanto quanto la biologia».

Adesso invece la politica ci impone anche che cosa mandare giù a pranzo e a cena?

«È l'agrobusiness. C'entrano banche, finanza, globalizzazione. L'industria alimentare è trattata a Wall Street. Il costo degli alimenti per una famiglia Usa si è ridotto del 9%. Ma quello che si risparmia al supermercato si spende in termini sanitari e sociali. Cerco di far capire alla gente perché vale la pena comprare più qualità per riempire il frigo. Lo faccio con storie, magari seguendo la vita di un manzo che ho acquistato, dalla stalla allo stabilimento. Con il voto si può incidere sulla politica alimentare. Ma è necessario per esempio sapere che certi nuovi guru, i nutrizionisti, sono funzionali all'industria chimica».

In Usa per arginare l'obesità si attuano diverse strategie. A New York c'è una tassa sulle bevande gasate. A Boston si promuove la ginnastica in piazza.

«La ginnastica fa bene, ma non ci sono prove scientifiche che l'obesità sia determinata dalla sedentarietà. Dagli anni '80 l'obesità è causata da quello che si mangia. Un'epidemia dovuta agli zuccheri, massimamente presenti nelle bevande gasate. Correggo però l'informazione sulla tassa applicata alle lattine. Il sindaco di New York non è riuscito a farla passare e ha aggirato l'ostacolo limitando la capienza del bicchiere».

Ma lei che cosa mangia?

«A colazione muesli, yogurt, talvolta uova, pane integrale. A cena pesce due tre volte alla settimana, molti vegetali. La carne la rimando al week end: cotta lentamente alla brace. Al lunch mangiamo gli avanzi della sera prima. Sa, noi in famiglia dedichiamo molto tempo a cucinare. E riunirci attorno a una tavola, per gustare piatti, parlare, o talvolta litigare, dà senso all'azione più naturale dell'uomo. Nutrirsi».

L'agrobusiness «C'entrano banche, finanza globalizzazione. L'industria alimentare è trattata a Wall Street. Il costo degli alimenti per una famiglia Usa si è ridotto del 9%»

I programmi «La televisione tratta la cucina come un pornografo tratta l'amore

Il cibo è un'altra cosa, riguarda il piacere, la comunità, la famiglia e la spiritualità»



Attualità Michael Pollan: «Il dilemma dell'onnivoro», Adelphi, 487 pagine, 24,65 euro; «In difesa del cibo», 252 pagine, 19 euro

