Almanacco alimentare di Puglia, una guida al cibo sostenibile

Nicola Curci e Michele Polignieri hanno scritto una preziosa guida che aiuta il consumatore a muoversi nel labirinto delle offerte gastronomiche e a riconoscere quelle sincere

Almanacco alimentare di Puglia. Gusti sapori, varietà è un libro edito da Progedit e curato da **Nicola Curci** e **Michele Polignieri**. Il primo è giornalista, scrittore e dirigente Slow Food in Puglia mentre Polignieri è medico veterinario, igienista degli alimenti nonchè critico gastronomico e scrittore.

Con la prefazione di **Nichi Vendola**, il ricco volume è il risultato di ben cinque anni di scrupolose ricerche anche tra i reconditi angoli della Puglia e si interroga su quanta consapevolezza ci sia sul cibo che quotidianamente mangiamo, sulla sua storia e su come si possano mantenere salde

radici al tempo del web 3.0.

Almanacco alimentare di Puglia, di Nicola Curci e Michele Polignieri

Michele Polignieri, che fortemente ha voluto la stesura del libro, definisce l'**Almanacco alimentare di Puglia** un manuale di sopravvivenza in cui si è cercato di dare un'informazione certa sui prerequisiti che il consumatore deve intercettare, per essere sicuro di aver fatto la scelta più giusta e sostenibile.

L'intento è stato quello di fare chiarezza tra tipicità inventate ed eccellenze che in realtà tali non sono. Tutti i cibi dovrebbero rappresentare un'eccellenza nel senso di alimenti caratterizzati da un corretto e genuino processo di produzione, basato sul rispetto di una terra che sia arieggiata da aria pulita e bagnata da acqua non inquinata.

Solo attraverso un energico rapporto tra persone e natura, come con forza sostiene la comunità scientifica, si può avere una vita sana, in un corpo sano, giacché la nostra salute è collegata a quella degli animali e dell'ambiente. La consapevolezza di ciò che acquistiamo, la conoscenza della sua provenienza e dei sistemi di trasformazione della materia, consentono di non cadere in trappole mediatiche, di non essere circuiti da sfacciate campagne pubblicitarie o da superficiali e, a volte false informazioni che sovente, passano attraverso canali televisivi. La missione di ciascuno, quindi, è quella di **intercettare i prerequisiti che rendono un alimento cibo**.

Un tipico paesaggio pugliese: ulivi e muretti a secco (Foto © Giuditta Lagonigro).

Non un libro di cucina, ma un racconto di emozioni

L'**Almanacco alimentare**, dunque, non è un libro di cucina, non contiene alcuna ricetta ma è una guida verso un **viaggio di conoscenza alimentare** volta al miglioramento del rapporto cibo-umanità, ormai lacerato da cattive abitudini.

Il libro, per dirla con Nicola Curci, è nato dal desiderio di esplorare i prodotti della terra e del mare e di presentarli attraverso un racconto fatto anche di emozioni: è di fondamentale importanza sapere cosa si mangia, nel rispetto dell'ambiente, dei produttori e di sé stessi, per ristabilire i principi del buono, pulito, giusto, del sano e del sostenibile.

E le emozioni degli autori sono percepibili nel percorso in lungo e in largo, attraverso la Puglia, che si snoda in nove capitoli:

1. Uliveto Puglia,
2. Vigneto Puglia,
3. Pasticceria di Puglia (e il mistero dell'amigdala neurogastronomica),
4. Dalla caccia all'allevamento,
5. Granaio Puglia – Gli anni '70 e il Creso,
6. Un giardino di nome Puglia,
7. Pescato Puglia,

8. L'olio in cucina – La salute e la conoscenza,
9. La frutta di casa nostra e il miele.

Alcuni prodotti tipici della Puglia (Foto © Michele Polignieri).

Il racconto della Puglia attraverso un virtuale percorso esperienziale

Ogni capitolo racchiude storie che si intrecciano con profumi e sapori avvertiti quasi materialmente dal lettore. Si entra in un mondo di assoluta meraviglia in cui si viene presi per mano e accompagnati tra uliveti, vigneti, mandorleti, distese di grano, prati verdi in cui pascolano animali che doneranno latte trasformato poi, in succulenti prodotti caseari, campagne-giardino che pur con terra sitibonda regalano frutti "agricoli e immacolati", erbe spontanee, ortaggi, verdure, legumi.

Anche i frutteti hanno raggiunto produzioni di altissimo pregio. Si scende poi verso il mare, il mondo parallelo, con un pescato che purtroppo deve competere con importazioni estere ma che pullula di abitanti di altissima qualità, che arrivano sulle tavole dei pugliesi in svariate, deliziose preparazioni.

Naturalmente la spesa e i consumi devono essere limitati alle necessità della nostra alimentazione, per non danneggiare ulteriormente Madre Terra.

Come riconoscere un buon prodotto: i consigli dell'Almanacco alimentare di Puglia

Oltre alla minuziosa descrizione di questo ingente patrimonio alimentare, gli autori dispensano suggerimenti per riconoscere il buon prodotto e fare quindi acquisti oculati e consapevoli, insieme a note tecniche per assaggiare, gustare e apprezzare al meglio ciò di cui ci nutriamo.

Ma non è finita qui. I lettori, **tramite un QR code**, possono accedere a un **portale remoto periodicamente aggiornato**, che funge da consigli per gli acquisti. In esso, infatti, si trovano molti protagonisti dei vari settori menzionati (agricoltori, vignaioli, allevatori etc) che lavorano seguendo i principi del cibo immacolato e sostenibile.

L'Almanacco alimentare di Puglia è, in definitiva, una preziosa guida che aiuta il lettore-consumatore a muoversi nel labirinto delle offerte gastronomiche e a riconoscere quelle sincere. Ingannare la mente si può ma non lo stomaco (cit.).

Almanacco alimentare di Puglia. Gusti, sapori, varietà
Autore: Nicola Curci e Michele Polignieri
Pagine: 264
Editore: ? Progedit
Data di uscita: 7 luglio 2022

Data di creazione
11/04/2023
Autore
giuditta-lagonigro