

Centro Donna Multiculturale

Parole e sapori dal mondo



Laboratorio di cucina 2011

*con la collaborazione del
Comitato Donne San Lorenzo XXV aprile*





Assessorato Attività Culturali,
Cittadinanza delle Donne e Culture delle Differenze
Assessora Tiziana Agostini
Direzione Attività e Produzioni Culturali,
dello Spettacolo e della Comunicazione
Direttore Roberto Ellero
Settore Produzioni Culturali e Spettacolo
Dirigente Angela Fiorella
Servizio Cittadinanza delle Donne e Culture delle Differenze
Responsabile Gabriela Camozzi

Pubblicazione a cura di Serena Girardello e Isabella Stevanato
Illustrazione di copertina di Cecilia Girardello
Stampa a cura del Centro Produzione Multimediale Comune di Venezia – Giugno 2012



GRAZIE

Grazie a Aurenita, Elizabeth, Fahima, Georgina, Giedre, Giulia, Mejreme, Mira, Prameela, Ramije, Rie, Widad che ci hanno regalato i loro saperi e che scrivendo le ricette, i racconti e le curiosità dei propri Paesi, hanno contribuito in modo significativo alla realizzazione di questa raccolta.

Grazie a Lucia e Alice che hanno condotto i corsi di italiano e informatica, dall'unione dei quali, assieme al corso di cucina, è nata l'idea di questa pubblicazione.

Grazie al Comitato Donne XXV Aprile, in modo particolare a Graziella e Luigina, che hanno dedicato tempo e pazienza a insegnare semplici e ottime ricette alle partecipanti ai corsi di cucina.

E per ultimo, ma non ultimo, **Grazie** a tutte le donne che con il loro passaggio, la loro presenza, seppure a volte breve, hanno lasciato, lasciano e continueranno a lasciare un'impronta indelebile al Centro Donna Multiculturale.

Questa raccolta è dedicata a queste donne e ad altre ancora.

INDICE

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tiziana Agostini, <i>Assessora alla Cittadinanza delle donne</i> | 3 |
| Gabriela Camozzi, <i>Responsabile del Servizio Cittadinanza delle donne</i> | 4 |
| Introduzione, Serena Girardello | 6 |
| Il sapore delle parole, Lucia Conte..... | 10 |
| Racconti di donne migranti, Alice Iannuzzi..... | 12 |
| Tre domande a Graziella Goattin, Comitato Donne S. Lorenzo XXV Aprile..... | 15 |
| Pasta fresca | 18 |
| Gnocchi di patate | 19 |
| Chiacchiere in cucina: Momotaro..... | 20 |
| Risotto di verdure | 21 |
| Pesce alla mediterranea | 22 |
| Chiacchiere in cucina: Termo Tongues | 23 |
| Crostata di marmellata | 24 |
| Dolce di carote..... | 25 |
| Chiacchiere in cucina: Jurate e Kastytis | 26 |
| Dolce di mele | 27 |
| Torta allo yogurt | 28 |
| Chatini pomme d'amour..... | 29 |
| Stufato di polpo alla mauriziana | 30 |
| Chiacchiere in cucina: Sega..... | 31 |
| Feijoada..... | 32 |
| Torta capixaba..... | 33 |
| Chiacchiere in cucina: Cantigas de roda | 34 |
| Frittura di cavolo | 35 |
| Marinata di maiale..... | 36 |
| Verdura mista | 37 |
| Ananas intero | 38 |
| Goloubzi' | 39 |
| Chiacchiere in cucina: Il Bajram | 40 |
| Biryani di carne | 41 |
| Il pollo in salsa di soia..... | 42 |
| Chiacchiere in cucina: Curare..... | 43 |
| Fruit Crisp | 44 |
| Chiacchiere in cucina: Maple Syrup..... | 45 |

Se la tavola è il luogo dell'incontro e dello scambio per la maggior parte delle culture, cucinare insieme, condividere ricette, giocare con i ruoli e le esperienze aiuta, non solo a condividere, ma anche a costruire.

Le nostre radici sono anche nei cibi che scegliamo ed in come li prepariamo, sono i sapori insieme alla musica, ciò che più ci manca infatti quando siamo lontane dagli affetti di casa.

E' un certo gusto, amico al palato, che fa riaffiorare i ricordi e le narrazioni e ci risulta bello, quando questo accade, dividerli. E' allora che spesso ci accorgiamo che i racconti delle nostre vite non sono poi così diversi.

La cucina come azione del quotidiano è un terreno fertile per le relazioni, per imparare e insegnare, per scoprire ed esplorare non solo nuovi sapori, per immergersi completamente in altri luoghi, case, sogni e suggestioni, per costruire legami d'amicizia.

E' quando le radici e i ricordi si mescolano in modo creativo, insieme agli ingredienti delle nostre ricette, creando qualcosa di nuovo che vengono alla luce le pietanze migliori.

Come accade con le culture che vivono e ci nutrono dell'incontro. Come succede nella musica, nell'arte, nella moda, nella letteratura.

Tiziana Agostini

Assessora alla Cittadinanza delle donne, Cultura delle differenze, Attività culturali del Comune di Venezia

Questo non è solo un piccolo libro di ricette anche se molte ne raccoglie. E' soprattutto il frutto dell'incontro tra le donne italiane e le donne straniere che "hanno abitato e abitano" il nostro Centro Donna multiculturale, che hanno imparato a parlare italiano e che attraverso l'uso della cucina hanno approfondito quell'insegnamento e hanno costruito tra loro e con noi un legame molto importante.

E d'altra parte quale linguaggio migliore per intendersi se non attraverso il cibo?

Un comune denominatore che lega culture, tradizioni, abitudini e che vede le donne protagoniste perché sono loro che si occupano dei bisogni alimentari della famiglia.

Parole diverse per dare nome ai cibi, ma medesima gestualità nel trattarli.

E' partendo da questo assunto che abbiamo deciso di organizzare il corso di cucina, per farlo diventare anche veicolo di conoscenza applicata della lingua italiana.

Si potrebbe obiettare sulla scontata comparazione tra donne e cucina, ma perché negare la realtà?

E se questo ci permette non solo di imparare ma anche di dare valore al "sapere" delle donne, quale migliore opportunità?

L'intuizione è stata felice ed anzi è andata oltre alle aspettative.

Come ci dicono in queste pagine le donne che hanno frequentato il corso, si è creato un clima di accoglienza che ha portato al racconto. Racconto di sé, dei ricordi che quel cibo facevano affiorare alla memoria, che aprivano uno spaccato sulla famiglia altrimenti sconosciuto, ma anche sul paese natale con i suoi riti e i suoi significati.

Una vicinanza difficile da raggiungere. Eppure quante donne straniere incontriamo quotidianamente! La relazione con loro è inesistente. Ne ammiriamo i vestiti, la ricercatezza nelle acconciature soprattutto nei giorni di festa, i colori che mettono addosso grande allegria rispetto al nostro scuro monocromatismo. Ma di loro non sappiamo nulla, del perché sono arrivate in Italia, del come sono arrivate, dei loro sentimenti nello stare nella nostra città magari lontane dalla famiglia.

La vicinanza si raggiunge con quelle donne, perlopiù provenienti dai paesi dell'Est e che noi con un termine orribile definiamo "badanti", che vengono nelle nostre case e ci sostituiscono nel lavoro di cura soprattutto quello rivolto ai nostri anziani.

Figure importanti che entrano nel quotidiano familiare e ne consentono la prosecuzione.

Donne che si sostituiscono ad altre donne per permettere loro di continuare l'altro lavoro, quello remunerato.

Una sorta di patto che rimane chiuso tra donne a significare che la cura sta tutta in carico al mondo femminile; da una parte le donne italiane che affidano la cura del mondo degli affetti e dall'altra le donne straniere che di questo mondo si fanno carico in modo temporaneo per sostenere il proprio mondo affettivo.

Migrazione femminile è stata infatti definita quella delle donne dell'Est, a significare che solo loro hanno preso su di sé l'onere di garantire il sostegno alla famiglia. Quante storie potremmo raccontare sulle donne della Moldavia, Ucraina, Slovenia che da oltre 10/15 anni lavorano come badanti per consentire ai figli di studiare e più in generale per garantire il sostegno economico della famiglia!

Ma su questa "sorellanza" non si è indagato molto, lasciando alle relazioni individuali la gestione del rapporto e anche dei conflitti.

Le altre donne, quelle provenienti da altri paesi e che sono state spinte da diverse motivazioni verso territori stranieri, lo hanno fatto per ricongiungersi con il marito, oppure è stata una migrazione familiare o sono donne fuggite dalle dittature.

Intercettare queste donne è per certi versi più facile; offrono maggiore disponibilità di tempo contrariamente alle donne dell'Est occupatissime sempre, e sono curiose e disponibili a cogliere le opportunità che le istituzioni e le associazioni propongono. E' significativa in tal senso la partecipazione ai corsi di italiano delle donne provenienti dal Bangladesh e più in generale dai paesi asiatici, e delle donne africane.

Talvolta l'incontro apre su una realtà insospettabile ai giorni nostri, donne analfabete o semianalfabete che devono ancora cominciare il loro percorso di conoscenza e sono ancora più affamate e motivate di sapere.

Altre ancora che avevano avuto l'opportunità di studiare nel loro paese, si dimostrano disponibili a mettersi in gioco ed allargare le proprie conoscenze partecipando ai corsi informatici di base che il Centro Donna multiculturale organizza periodicamente.

Uno spaccato perciò quello che si muove nel Centro quanto mai interessante, in cui la contaminazione culturale è sollecitata proprio perché si traduce in conoscenza, accoglienza e crescita individuale.

Gabriela Camozzi
Responsabile del Centro Donna del Comune di Venezia

INTRODUZIONE

di Serena Girardello

Scegliere un titolo con cui identificare questa raccolta è stata una delle cose più difficili. Ne affioravano alla mente tantissimi ma poi ci si accorgeva che alcuni avevano già un copyright, altri erano "insipidi" e altri ancora suonavano un po', e qui è proprio il caso di dirlo, come "cavoli a merenda".

Ci voleva un titolo che fin dalla copertina desse un'idea ben precisa di quello che si andava a leggere e cioè non solo una raccolta di ricette, ma soprattutto il lavoro intenso delle donne che avevano partecipato ai corsi di italiano e che avevano colto l'opportunità di mettere in pratica le loro conoscenze linguistiche anche attraverso la trasmissione culinaria. Ecco allora che la scelta è caduta su "Parole e sapori dal mondo".

Ci siamo focalizzate in particolare sulle ricette piuttosto che sui racconti perché, per chi non conosce ancora bene la nostra lingua, è risultato più semplice scrivere e leggere una ricetta piuttosto che una storia e perché il "fare" in cucina è una lingua universale che tutti possiamo comprendere. Si è posto l'accento su questo argomento anche per dare, brevemente, un'idea dell'importanza culturale, educativa e sociale che sono insite nell'arte del mettere in tavola. In sostanza si è voluto raccontare, raccontare il perché di questo volumetto come fosse una breve storia. Una storia che vuole solo ripercorrere in poche righe un viaggio coinvolgente e condiviso, una storia in cui troviamo volutamente appena tratteggiati sentimenti e pensieri che ciascuna sarà libera di sviluppare e approfondire come desidera, una storia arricchita dalle testimonianze di alcune donne che l'hanno vissuta direttamente.

Tutto è iniziato verso la fine del 2011 durante il corso di italiano organizzato dal Centro Donna Multiculturale, che ha proposto di mettere in piedi un corso di cucina con l'aiuto delle donne del Comitato XXV Aprile che già questa esperienza l'avevano sperimentata nel territorio. E' stato convenuto di preparare (generalmente ogni quattro incontri) una pietanza proveniente da un altro Paese per avere così una conoscenza e uno scambio di altri cibi.

Contemporaneamente, nel corso avanzato di italiano, è stato chiesto alle partecipanti di scrivere un racconto tipico della propria terra di origine. Ne sono stati letti e ascoltati alcuni di molto interessanti e particolari e altri di analoghi, vuoi per contenuti morali o per i personaggi raffigurati, a quelli che si raccontano in Italia.

Poi, per non lasciare tutto circoscritto a quei momenti e con l'obiettivo di far conoscere e dare testimonianza delle esperienze dei laboratori e dei corsi, è nata l'idea di scrivere le ricette aggiungendo a queste anche i racconti e le curiosità. Si è fatta quindi una selezione del materiale raccolto e il tutto è stato scritto con l'aiuto del computer anche durante i corsi di informatica.

Ed ecco così raccolti sotto lo stesso tetto, anzi nello stesso libretto, i tre corsi proposti dal Centro Donna Multiculturale: il corso di italiano, il corso di informatica e il laboratorio di cucina.

Ecco perché, sfogliando queste pagine ci possiamo trovare di fronte a un racconto della Lituania o a una curiosità riguardante la cultura brasiliana piuttosto che a una ricetta di pollo in salsa di soia o di risotto di verdura

Abbiamo, insomma, ritenuto interessante fare una "pasticciata" di ricette, racconti, curiosità e aneddoti provenienti da tante parti del mondo aggiungendo, qua e là, qualche foto a testimonianza dei lavori fatti senza grandi pretese se non quella di raccogliere tutto ciò per farne partecipi più persone e per trasmettere e testimoniare quelle costruttive esperienze.

E' così che è nato questo volume, ideato anche per essere utilizzato da tutte le persone che amano la cucina e che rivolgono, contemporaneamente, uno sguardo curioso alle altre culture gastronomiche e folkloristiche. Questa è la sua storia, ma vorrei aggiungere che è anche la storia di un'esperienza rilevante, vissuta da chi ha avuto modo di ampliare i propri orizzonti cucinando e ascoltando racconti.

I corsi di cucina offrivano un numero limitato di posti e avevano una lunga lista di attesa. Per questo motivo abbiamo assistito ad una serie di scene davvero simpatiche.

C'era chi si metteva d'accordo con un'amica per cercare di stare assieme nello stesso turno, chi invece trattava per rientrare nel primo corso anziché nel secondo, e chi ancora paventava il rischio di rimanere qui per poco tempo e quindi cercava di essere inserita prima di un eventuale spostamento di residenza. Tutto però è avvenuto con armonia, senza arroganza o maleducazione.

E bello è stato vedere le donne all'opera, sentire le loro frasi, i loro racconti e le domande fatte in un italiano incerto ma in cui hanno messo tutta la loro buona volontà per farsi capire, come tutta la loro passione nel preparare i piatti proposti.

Le stesse partecipanti hanno affermato la positività dei corsi che hanno offerto l'opportunità di uno scambio continuo di conoscenze e competenze.

E soprattutto alla fine di ogni incontro c'è stata la possibilità di ascoltare e condividere brevi racconti, ricordi, flash di vita vissuta.

In questi momenti sono emerse le problematiche dello sradicamento, la paura del nuovo, dell'altro diverso da sé ma anche le speranze nel futuro e si sono stabiliti nuovi rapporti e, a volte, anche nuove amicizie. Per questo abbiamo raccolto alcune delle loro testimonianze che abbiamo ritenuto importante riportare

C'è stata Mejreme che, lodata per la sua abilità nel preparare la pasta fresca, ha raccontato che era abituata fin da bambina ad aiutare la mamma in questa operazione e in quella di preparare i dolci. Tutto ciò le faceva piacere, le risultava naturale e le ricordava i bei momenti vissuti nella propria casa facendola sentire meno lontana.

Widad invece confessava che non aveva mai preparato il pane tipico del suo Paese perché non ne aveva mai avuto l'occasione e se ne rammaricava. Ha pensato perciò di sostituirlo imparando a fare la pasta fresca.

Fahima e Aurenita, assieme ad altre, hanno dato sfoggio di conoscenze culinarie cogliendo l'opportunità di una serie di bustine di spezie appese alla parete della cucina. Ciascuna ha raccontato l'uso delle spezie nella terra d'origine mettendo simpaticamente a confronto le molteplici diversità.

Ascoltando i commenti a caldo e le varie impressioni espresse alla fine dei corsi, è apparso evidente il successo e l'importanza degli incontri per chi vi ha partecipato.

Prameela ad esempio ha imparato a preparare dolci che poi ha realizzato anche a casa facendoli assaggiare al marito che li ha molto apprezzati. Ha anche espresso il desiderio di un altro corso magari di durata maggiore perché così avrebbe potuto imparare più cose e stabilire maggiori e più solidi rapporti con le partecipanti. Ha concluso che comunque è stata un'esperienza positiva che avrebbe ripetuto senz'altro se ce ne fosse stata l'occasione.

Mira vi ha partecipato con grande interesse e attenzione, riportando su un quaderno tutti i nomi degli ingredienti e le fasi di preparazione e cottura per ottenere un buon dolce o per riuscire a fare un ottimo risotto di verdura. Ha affermato che ora sa preparare piatti della cucina italiana, che le piace il nostro modo di cucinare e che questo corso, oltre a quello di livello avanzato di italiano che seguiva contemporaneamente, l'ha aiutata a conoscere di più la nostra cultura e quella delle altre corsiste. Spera di poterne seguire un altro e si augura che tante donne immigrate, che hanno seguito il corso, possano averne ricavato la sua stessa impressione.

Queste sono solo alcune delle testimonianze che confermano l'importanza dei corsi che attraverso il linguaggio della cucina hanno favorito integrazione e socializzazione.

Da parte mia posso dire che quei venerdì tra ottobre 2011 e gennaio 2012, quando accompagnavo le donne ai corsi, sono stati importantissimi perché mi hanno spalancato le porte della conoscenza dell'arte culinaria e mi hanno fatto scoprire tante curiosità inerenti ai cibi, alle loro preparazioni, al come, al quando, al perché si cucinano. Insomma mi hanno messo ancora di più in contatto con altre culture. Ed è qui che ho iniziato, osservando e chiacchierando, a pormi una serie di domande che prima non mi sarebbero mai passate per la mente del tipo: "Come è nata questa ricetta?" "Da quale paese arriva questo ingrediente?" "Perché si cucina in questo particolare recipiente?" E ho iniziato a "entrare in cucina" e la mia è stata una scoperta continua. Condividendo con le donne uno spirito di quasi infantile e allo stesso tempo timorosa curiosità, mi sono avvicinata a quest'arte e ho visto lievitare il mio e il loro interesse.

In questi momenti d'incontro ho trovato tanta uguaglianza, complicità e senso di rispetto per ogni ricetta, per ogni cibo e per ogni donna che lo proponeva; non c'era alcun commento negativo o irrisorio, non c'era alcuna critica.

Tutti i sensi sono stati messi in movimento: tatto, vista, gusto, olfatto e udito, per la manipolazione degli ingredienti, per la loro preparazione, per assaporare e gustare il prodotto finito, per odorare profumi noti e sconosciuti, per udire i suoni degli attrezzi usati e delle lingue spesso incomprensibili, ma soprattutto per vivere momenti di piacevole convivenza, condivisione e intensa armonia.

I corsi hanno dimostrato di essere un mezzo utile all'eliminazione di barriere e hanno permesso l'autentica espressione di ciò che siamo, di quello che rappresentiamo, delle nostre tradizioni permettendo uno scambio di conoscenze e culture; sono stati dunque uno strumento di trasmissione di saperi.

Mi sono sentita diversa ma parte di un tutto e ho scoperto l'universalità della cucina che riesce a unire persone di ogni cultura, credo, ceto sociale, davanti a un piatto, sia di spaghetti, couscous o biryani.

Il sapore delle parole di Lucia Conte

ما الخيال؟
عطر الواقع...

C'est quoi l'imagination?
Parfum de la réalité... ¹

Il poeta arabo Adonis, in un libricolo a me molto caro, ci lascia delle suggestive definizioni di una serie di parole, ponendosi la domanda "Cos'è qualche cosa?" e tentando di dare una risposta.

Mi è sempre piaciuto pensare l'immaginazione come profumo della realtà, con il suo potere evocativo. Così come ritengo che cucinare e mangiare insieme possa creare un legame speciale tra paesi, ricordi, esperienze, vissuti, emozioni, sensazioni.

Il momento che si dedica ad elencare gli ingredienti, descrivere il procedimento e cuocere le pietanze è pure un momento particolare per l'apprendimento, in quanto si riesce ad avere una corrispondenza diretta tra l'utensile, il gusto, il cibo, le azioni e le parole. A questo proposito, vorrei far notare che nella lingua ebraica il termine "cosa" e "parola" è il medesimo, come se si volesse sottolineare lo stretto legame tra i due concetti, la parola pronunciata e la parola che si fa cosa.

Proprio per questo ritengo che il corso di cucina sia un'occasione per gustare e vivere le parole, spiegando l'origine della ricetta, la relazione che essa può avere con avvenimenti specifici, le tradizioni del proprio paese e della propria famiglia, condividendo un assaggio di cultura.

Caratterizzare il corso di cucina sperimentando ricette originarie di luoghi diversi ha permesso un vero e proprio scambio interculturale.

In molte culture, il mangiare insieme è un momento importante, spesso un modo per fare festa, il rifiuto ad un invito a pranzo o cena non viene ben gradito.

La prospettiva interculturale insiste infatti sul "tra", sull'"inter", perciò nella relazione di ospitalità che ha come finalità la convivialità dinamica delle differenze.

¹ Adonis, *Guide de voyage dans les forêts du sens*, Paris, Duelle, 2001, p. 33 .

L'arte dell'ospitalità è triplice: prevede l'invitare (ovvero l'autenticità e l'accettazione, che non significa approvare, bensì prendere con sé, abbracciare), l'andare a trovare (empatia, ovvero partecipazione ed ascolto, che implicano l'intuire, con il significato dell'andare al tu) e il so-stare con (fermarsi, soffermarsi, costruire insieme).

Oltre a questo appuntamento settimanale del corso di cucina, realizzato in collaborazione con il Comitato Donne XXV Aprile, l'apprendimento della lingua italiana è stato organizzato anche con delle attività didattiche presso il Centro Donna Multiculturale, volte ad imparare i principali usi della lingua per poter comunicare nelle situazioni quotidiane.

Molte donne hanno prodotto delle piccole storie, che racchiudono un'importante ricchezza: narrazioni che vestono il fascino e la potenza del voler raccontare e raccontarsi.

Esprimersi in una lingua che non ci appartiene pienamente, nella quale ci si sta, a poco a poco, inoltrando è spesso complicato, si teme sempre di non riuscire a farsi capire, di essere costretti ad omettere particolari.

Queste storie invece raccontano non solo con le parole, ma soprattutto con tutto ciò che portano con sé tra le righe. Sta a noi sederci per leggerle o per ascoltarle e lasciarci avvolgere da questi mondi parlanti. Comprendere un po' di più degli altri permette di comprendere meglio anche noi stessi, cogliendo una prospettiva altra; pertanto in questo rivederci, alimentato da una visione introspettiva, siamo sottoposti allo sguardo creativo, ad una circolarità dialogica ermeneutica, possibile proprio perché la nostra identità è aperta.

Con questo concetto di apertura desidero concludere, perché ritengo fondamentale la dimensione del dialogo e del confronto.

Desidero a questo proposito fare una considerazione terminologica: sia nella lingua araba che in quella ebraica il termine chiave, che per la lingua italiana deriva dalla radice di "chiudere", deriva dal verbo opposto "aprire" con il medesimo trilitterismo tipico delle lingue semitiche (فتح, פתח), sottolineando in tal modo come lo stesso oggetto possa portare a due concezioni opposte, in quanto le comprende entrambe, ma lascia a noi la scelta di quale far prevalere, indipendentemente dalla parola pronunciata, quanto piuttosto dall'atteggiamento assunto.

Racconti di donne migranti di Alice Iannuzzi

In Bosnia Erzegovina ho avuto la possibilità di conoscere una metodologia di lavoro che mi è apparsa presentare elementi di forte interesse, utili ad arricchire la mia proposta didattica come docente di italiano. Nel 2008 un progetto di formazione per formatori di Digital Story Telling (DST). Il progetto prevedeva la realizzazione a Sarajevo di un laboratorio di scrittura biografica digitale, guidato dalla formatrice sudafricana Sally-Jean Shackleton, dell'associazione Women's Net. Il laboratorio, rivolto a donne bosniache di diverse provenienze nazionali e religiose, associava l'utilizzo del racconto autobiografico all'uso di immagini e musica, dimostrando fin da subito una grande efficacia sia sotto il profilo della creazione di un concreto spazio di dialogo che sotto quello dell'apprendimento di una lingua.

Successivamente ho organizzato un nuovo laboratorio di DST, rivolto a donne provenienti da diverse regioni dello spazio ex jugoslavo: si trattava di donne segnate dagli anni della guerra, che vivevano una realtà divisa e segregata nella quale la riconciliazione era ancora un'utopia. L'inizio è stato molto faticoso, poiché le donne mostravano molta diffidenza, chiusura e poca disponibilità ad entrare in relazione tra di loro. Un passo alla volta, una fotografia alla volta, una parola alla volta, si sono ritrovate e riconosciute come parti di una stessa storia, di una stessa comunità ferita e strumentalizzata. Queste donne hanno stabilito legami che durano ancora oggi e che rappresentano una forma di resistenza alla cultura nazionalista della guerra e della violenza tuttora presente in ex Jugoslavia.

Nel corso del 2011, rientrata in Italia, lavorando al Centro Donna Multiculturale del Comune di Venezia ho pensato di riproporre questa metodologia, avendo compreso l'importanza terapeutica del raccontare. Le allieve in questo caso sono state donne immigrate in Italia per vari motivi: economici, familiari, politici, di riscatto sociale, di studio. La maggior parte di loro sta vivendo una situazione difficile di isolamento culturale e linguistico. La loro condizione di migranti in una società patriarcale, attraversata da periodiche ondate xenofobe, rende estremamente faticoso il loro inserimento. La loro esclusione dal mondo del lavoro, inoltre, per motivi economici, culturali, o perché costrette ad occuparsi dei molti figli, ne accentua una condizione di solitudine rendendole soggetti ancora più fragili. Sotto il profilo linguistico, la conseguenza principale è che molte di loro, malgrado fossero in Italia da lungo tempo, avevano un basso livello di conoscenza della lingua italiana.

L'insegnante di italiano come lingua seconda è stata qui chiamata ad un compito importante: trasmettere una lingua nuova, che potesse rappresentare non solo un arricchimento da un punto di vista culturale, ma anche diventare veicolo di acquisizione di una nuova cittadinanza/identità.

In questo nuovo contesto, nel maggio 2011 abbiamo sperimentato il primo laboratorio di Digital Story Telling al Centro Donna Multiculturale.

In maniera assolutamente inedita abbiamo proposto questa tecnica come strumento didattico e di socializzazione, come metodologia per facilitare da un lato la conoscenza/trasmissione della lingua italiana e dall'altro per entrare in comunicazione con donne di diverse provenienze linguistiche e culturali.

Il dialogo continuo con le discenti intorno alla scrittura, narrazione e rappresentazione pubblica della propria biografia, sembrava inoltre offrire loro un elemento utile per la ricomposizione di un proprio "io" scisso tra due mondi e costretto a serbare due identità diverse in un'unica vita: una nel Paese di origine, l'altra in quello della migrazione. L'appropriazione di una lingua nuova, nel più ampio percorso della ricerca – composizione del proprio progetto di vita, ha aperto il corso di italiano a una nuova prospettiva che permette di trovare nuova linfa emozionale e motivazionale nei confronti dell'apprendimento.

Questa metodologia consente di ottenere ottimi risultati, infatti le donne, inizialmente timide e provviste di scarsi strumenti per esprimersi in lingua italiana, in un tempo relativamente breve, fortemente motivate dalla necessità di trovare le parole per raccontare il proprio viaggio, hanno acquisito strumenti linguistici per affrontare e compiere il percorso che le ha portate alla creazione di un prodotto complesso e completo.

Questa esperienza di Digital Story Telling sembra inoltre suggerire che le stesse tecnologie digitali, spesso accusate di creare isolamento e dispersione, possono essere usate in modo innovativo, per ricollegare comunità disgregate, creare nuovi legami e per sentirsi partecipi di una nuova collettività linguistica.

L'esperienza delle storie digitali è stato uno dei modi per raccontare e raccontarsi. In questo laboratorio e durante tutti i corsi di italiano di livello avanzato è stato dato ampio spazio alla narrazione, alle storie d'infanzia, alle abitudini e tradizioni culturali del paese d'origine. Ricordare e raccontare ha significato scoprirsi e riscoprirsi, scambiando ricordi e sensazioni legati alla migrazione, ma anche recuperando e facendo affiorare le storie, le tradizioni culinarie, le curiosità.

Condividere questi racconti ha permesso di conoscersi e spesso di riconoscersi in vissuti, seppur diversi, con molte analogie che hanno portato a

sentirsi maggiormente comprese e accettate. L'ascolto e conseguentemente la raccolta di queste storie consentono quindi di dar voce a ricordi, pensieri, emozioni, coinvolgendo i diversi sensi e permettendoci di viaggiare con le parole.

Tre domande a
Graziella Goattin, Comitato Donne San Lorenzo XXV
APRILE

Quale valore dà il Comitato Donne San Lorenzo XXV Aprile a questa esperienza con le donne straniere?

Il valore della CONOSCENZA e dell' accoglienza. Pensiamo che la conoscenza tra persone, in generale, sia importante per ascoltarci ed accettarsi per quelli che siamo con le nostre diverse idee, pensieri, opinioni ecc.

Il laboratorio di cucina svoltosi con le donne provenienti da altri Mondi, ci ha dato la possibilità di realizzare la "conoscenza", cucinando dolci e primi piatti in uno spazio accogliente e sereno dove stringere anche legami relazionali e amicali, attraverso l'approccio del "fare" insieme.

E' stato molto bello ed emozionante intrecciare insieme i nostri saperi per un confronto di sapori e scoprire ed apprezzare l'uso di diverse spezie, farine e condimenti.

Mescolare insieme farina, zucchero, uova, stendere la pasta ecc. diventava in certi momenti un bellissimo gioco che ci portava ai ricordi della nostra infanzia cercando di descriverla rievocando le nostre nonne, le nostre madri. Tutto ciò si trasformava in un timido "chiaccherio" permettendo così di parlare in..... italiano

Come si iscrive questa esperienza nella storia trentennale del Comitato Donne?

Questa esperienza non è stata diversa da quella intrapresa negli anni passati con le donne del nostro quartiere: donne italiane.

Abbiamo sempre fatto quello che noi sapevamo FARE, usando le tecniche e l'abilità delle nostre mani e mettendo a disposizione la nostra passione e la nostra storia per conoscerci , aiutarci, fidarsi ed affidarsi reciprocamente.

Desideriamo sottolineare che questa esperienza con le donne straniere, oltre a farci provare forti emozioni, ci ha fatto sentire più forti e sicure e le ringraziamo moltissimo per la loro attenzione, i loro ringraziamenti e i loro..... sorrisi

Questo incontro ravvicinato con le donne straniere ha modificato in qualche modo la vostra percezione della donna straniera?

Siamo sicure che questi incontri ravvicinati con queste donne, hanno reso più facile il percorso della CONOSCENZA, permettendoci di fermarsi quando ci si incontra per la strada o in autobus e di chiedere: " come stai?

LE RICETTE

Abbiamo deciso di riportare fedelmente la scrittura delle donne che può risultare alla lettura un po' incerta. Ma la nostra è stata una scelta meditata proprio perché frutto del lavoro intenso che le donne hanno svolto nel corso di italiano, lasciando loro libera espressione.

Pasta fresca ***(Italia)***

Ingredienti (per 4 persone)

400 gr di farina 00
4 uova
sale

- Mettere la farina con il sale a fontana sul tavolo da lavoro e rompere al centro le uova.
- Sbattere le uova con una forchetta quindi incorporare la farina con la punta delle dita.
- Lavorare la pasta con la parte bassa del palmo delle mani per qualche minuto, cospargendo di tanto in tanto la base con un po' di farina.
- La lavorazione deve essere eseguita con forza per ottenere un composto ben amalgamato. Di tanto in tanto stendere la pasta e ripiegarla su se stessa. Stendere poi la pasta in sfoglia sottile con il mattarello e creare il formato di pasta prescelto.
- Es.: per le tagliatelle si arrotola la sfoglia su se stessa e si taglia il rotolo così ottenuto a striscioline sottili che poi verranno aperte per ottenere le tagliatelle.
- Per le farfalle si taglia la sfoglia con una rotellina (per pizza) in strisce larghe circa 3 cm, e queste, a loro volta verranno tagliate in quadrati. Unire nel mezzo i quadrati e formare le farfalle



Gnocchi di patate ***(Italia)***

Ingredienti

(per 4 persone)
300 gr. di farina
1 kg. di patate
1 uovo e sale
(quanto basta)

- Lavare le patate e senza sbuciarle metterle in una pentola con acqua salata. Portare a ebollizione e cuocere il tempo necessario (dipende dalla dimensione delle patate).
- Scolare le patate e sbuciarle ancora calde, schiacciarle e metterle sul piano di lavoro ben infarinato. Aggiungere un po' alla volta la farina, l'uovo e un po' di sale.
- Amalgamare il tutto fino ad ottenere un impasto compatto e allo stesso tempo morbido.
- Dividere l'impasto in tanti filoni dello spessore di 2-3 cm, e tagliarli in cilindretti di circa 2 cm.
- Praticare delle rigature su ognuno usando il retro della grattugia o facendoli scivolare su una forchetta e schiacciandoli leggermente.
- In una pentola, portare l'acqua salata a ebollizione , versare dentro gli gnocchi. Quando vengono a galla vuol dire che sono cotti. Scolarli e condirli a piacere.

Chiacchiere in cucina

MOMOTARO (Giappone)

C'era una volta una coppia di vecchietti. Ogni giorno la vecchietta andava nel fiume per lavare i vestiti e il vecchietto andava in montagna per tagliare gli alberi.

Un giorno la vecchietta, mentre stava lavando i vestiti, vide una gigantesca pesca che galleggiava sull'acqua. La prese e la portò a casa. Quando tornò il vecchietto tagliarono la pesca e ...uscì un bambino!! Loro erano incredibilmente contenti perché non avevano neanche un figlio.

Lo chiamarono Momotaro (momo - pesca e taro nome maschile).

Il bambino diventò grande e forte.

In quel tempo i mostri rubavano i tesori al popolo. Momotaro disse : "io vado a sconfiggere i mostri!".

Il giorno della partenza lui chiese alla vecchietta di fare le polpette per mangiare durante il viaggio. Poi partì.

Mentre stava camminando un cane gli andò vicino e chiese .

"Momotaro, mi dai una polpetta?" Momotaro rispose : "Io te la do se tu mi accompagni per sconfiggere i mostri". Il cane rispose : "Si,si! Io ti accompagno". Si misero in cammino e si avvicinò un fagiano che

chiese : "Momotaro, mi dai una polpetta?" Momotaro rispose: "Io te la do se tu mi accompagni per sconfiggere i mostri". Il fagiano disse :

"Si,si! Io ti accompagno". Continuarono a camminare e una scimmia si avvicinò e chiese : "Momotaro, mi dai una polpetta?" e Momotaro rispose : "Io te le do se tu mi accompagni per sconfiggere i mostri".

La scimmia disse : "Si,si! Io ti accompagno".

Tutti gli animali diventarono i sudditi di Momotaro.

Arrivati all'isola dei mostri, combatterono con tutte le forze e vinsero.

I mostri allora restituirono tutti i tesori.

Momotaro e gli animali tornarono nel proprio villaggio e vissero tutti felici e contenti.

Risotto di verdure ***(Italia)***

Ingredienti

(per 4 persone):

300 gr. circa di riso

1 litro di brodo
vegetale

1 cipolla

100 gr. di carote

100 gr. di zucchine

400 gr. di radicchio di
Treviso

½ dl. di olio di oliva
sale e pepe

- Tritare la cipolla e metterla ad appassire a fuoco bassissimo in una capiente padella con tre cucchiaini di olio.
- Mondare e tagliare a cubetti le zucchine, le carote e il radicchio.
- Quando la cipolla sarà diventata trasparente , versare nella padella la verdura e farla insaporire per circa 15 minuti.
- Poi versare il riso e tostarlo mescolando per qualche minuto.
- Aggiungere gradualmente il brodo vegetale e cuocere fino a che il riso non ha raggiunto il grado di cottura desiderato.
- Aggiustare di sale e pepe quanto basta.

Pesce alla mediterranea ***(Italia)***

Ingredienti

(per 4 persone):

600 gr. di pesce
(tonno, coda di rospo,
spada, o quello che si
preferisce)

50 gr. di olive nere
cotte al forno

20 gr. di capperi

400 gr. di salsa di
pomodoro

2 spicchi di aglio

½ bicchiere di olio
extra vergine di oliva

½ bicchiere di vino
bianco secco

origano, sale

- Lavare bene e asciugare il pesce, e disporlo dentro a una teglia a bordo alto con l'olio e il vino.
- Far evaporare il vino e aggiungere la salsa di pomodoro, le olive denocciolate, i capperi (passati sotto l'acqua per togliere il sale), gli spicchi di aglio, l'origano e il sale.
- Mettere in forno caldo a 180°/ 200° per 20/25 minuti.
- La temperatura e i minuti dipendono dal tipo di pesce che si è scelto.



Chiacchiere in cucina

TERMO TONGUES (Brasile)

Sono una sfida di pronuncia, cioè una persona passa una frase difficile a un'altra persona che deve ripeterla. Queste frasi hanno molte sillabe simili e dovrebbero essere parlate rapidamente (come gli sciogli lingua) . Sono presenti nelle regioni dell'interno brasiliano. Queste sono le traduzioni di alcune:

- Il principio del principe principiava principalmente in linea di principio principesco della principessa.
- Tre piatti di grano per tre tigri tristi.
- La vita è un susseguirsi di successioni che si verificano successivamente la successione senza successo.
- Il nido di mafagafos con cinque mafagafinhos che desmafagafizar la mafagafos sarà bene desmafagafizador.

Crostata di marmellata (o cioccolato) (Italia)

Ingredienti:

250 gr. di farina
120 gr. di burro
125 gr. di zucchero
2 uova intere, un
pizzico di sale
1/2 cucchiaino di
lievito

- Mescolare la farina con il burro ammorbidito a temperatura ambiente, aggiungere zucchero, uova, sale e lievito. Amalgamare tutto con le mani, se troppo appiccicosa, aggiungere un po' di farina.
- Formare una palla e lasciarla ½ ora in frigorifero. Tenere a parte un po' di pasta che servirà per guarnire.
- Stendere la restante pasta con il mattarello su un foglio di carta da forno che verrà poi messo direttamente in una teglia bassa.
- Coprire con marmellata a piacere (o crema di cioccolato diluita con un po' di latte)
- Con la pasta messa da parte fare delle striscioline (con la rotella per pizza) e metterle a forma romboidale sulla crostata.
- Infornare a 180° per 40 minuti



Dolce di carote ***(Italia)***

Ingredienti:

250 gr. di carote
220 gr. di zucchero di
canna
3 uova
185 gr. di farina
1 vasetto di yogurt
quasi colmo di olio di
semi
2 cucchiaini di lievito
2 cucchiaini di
cannella
un pizzico di sale

- Versare in una terrina abbastanza grande le carote grattugiate, lo zucchero, le uova intere, un pizzico di sale, la farina, il lievito e la cannella.
- Mescolare tutti gli ingredienti fino a che non si sono amalgamati e aggiungere l'olio di semi quanto basta a rendere morbido l'impasto.
- Mettere il tutto in una tortiera imburrata e infarinata (o rivestita con carta da forno)
- Cuocere in forno a 180° per circa 45 minuti.
- Attendere che il dolce si sia raffreddato prima di sfornarlo.

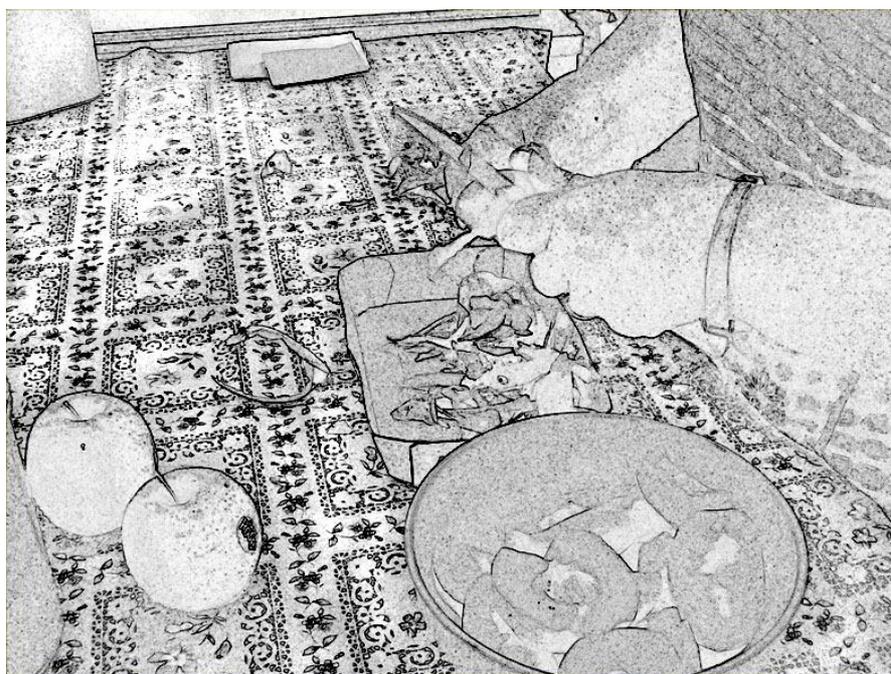
Chiacchiere in cucina

JURATE E KASTYTIS (lituania)

C'era una volta una sirenetta. Lei si chiamava Jurate. Il papà di Jurate era il dio del mare Baltica. Lui si chiamava Perkunas. Lui amava tanto sua figlia sirenetta. Vivevano in un castello di ambra.

Una volta mentre lei saltava sulle onde, ha visto un ragazzo che si chiamava Kastytis e lo ha amato subito. Perkunas ha visto tutto. Il dio del mare si è arrabbiato, perché Jurate amava una persona che viveva in terra no in mare. E per questo motivo il papà di Jurate causerà una tempesta in mare che distrusse il castello di ambra.

Kastytis annegò e tutto il castello fu trasformato in piccole pietre. E anche oggi dopo la tempesta in mare Baltico a terra si possono trovare piccole ambre.



Dolce di mele ***(Italia)***

Ingredienti:

150 gr. di farina
150 gr. di zucchero
150 gr. di burro
3 uova
3 o 4 grosse mele
(tipo imperatore)
½ bicchiere di latte
1 cucchiaino di lievito
1 pizzico di sale

- Mescolare assieme la farina, lo zucchero, il lievito, le uova, il sale e unire a freddo il burro sciolto a bagnomaria.
- Mescolare bene e aggiungere il latte. L'impasto deve essere molto morbido.
- Lavare, sbucciare e tagliare a fette le mele.
- Versare l'impasto in una tortiera rivestita di carta forno e disporre le fette di mele a cerchio.
- Infornare per 40 minuti in forno già caldo a 170 °.
- Quando la torta sarà pronta cospargerla di zucchero a velo.



Torta allo yogurt (Italia)

Ingredienti:

1 vasetto di yogurt
alla frutta da 125gr.
2 vasetti di zucchero
3 vasetti di farina 00
1 vasetto di olio di
semi
3 uova,
1 fialetta di limone
1 bustina di vanillina
1 bustina di lievito
1 pizzico di sale

- Per realizzare questa torta prendere come unità di misura il vasetto dello yogurt.
- Mescolare con cura i tuorli delle uova con lo zucchero e la vanillina, unire lo yogurt, la farina, l'olio, la fiala di limone, il lievito e aggiungere gli albumi montati a neve.
- Versare nella tortiera e mettere in forno già caldo a 170°/180° per 35 minuti.

Chatini pomme d'amour (Mauritius)

Ingredienti:

5 pomodori

1 cipolla

2 piccoli peperoncini

1 cucchiaio di olio

sale

(facoltativo: aglio, zenzero,
coriandolo)

- Tagliare i pomodori in piccoli pezzi, tagliare finemente la cipolla.
- Tritare bene i peperoni.
- Mescolare con l'olio ed eventualmente con le spezie facoltative.
- Salare



Stufato di polpo alla mauriziana (Mauritius)

Ingredienti

(Per 4 persone)

1 kg. di polpo

5 pomodori

15 cl. di vino bianco secco

30 gr.di zenzero

2 cipolle

3 spicchi d'aglio

2 chiodi di garofano

1 ramo di timo

sale, pepe,olio,prezzemolo

- Pulire il polpo strofinandolo con sale grosso in acqua e aceto. Sciacquare abbondantemente.
- Far rinvenire il polpo mescolando in una pentola fino a quando diventa rosa. Tenere mezzo bicchiere di liquido di cottura da parte.
- Tagliare la cipolla e i pomodori, pulire l'aglio e lo zenzero.
- Far riscaldare 3 cucchiai di olio, incorporare cipolla, aglio, zenzero e chiodi di garofano, quando la cipolla è trasparente, aggiungere i pomodori.
- Cucinare a fuoco dolce per 15/20 minuti fino ad avere una salsa omogenea.
- Aggiungere poi il liquido di cottura, sale, pepe e cuocere a fuoco lento per altri 5 minuti.
- Incorporare il vino bianco e il polpo e 2 cucchiari di prezzemolo tritato.
- Cuocere a fuoco lento ancora per 15 minuti aggiungendo, se necessario, un po' d'acqua.
- Si serve con riso e un Chatini pomme d'amour.
- Al momento di servire, spruzzare sopra due cucchiari di prezzemolo tritato.

Chiacchiere in cucina

“ SEGA” (Mauritius)

Un ballo tradizionale delle isole Mauritius è il “sega” che ha le sue origini nel periodo della schiavitù . Si dice che agli schiavi che si trovavano una sera sulla spiaggia apparve un fuoco magico. Nel ballo, che si svolge sulla spiaggia durante le feste, si trascinano i piedi perché si dice che gli schiavi erano troppo stanchi per sollevarli e poi si scende fino a terra in ginocchio per muovere solo la parte alta del corpo. Si passa da un movimento leggero di ondeggiamento a un ritmo sempre più crescente.

La danza era accompagnata da tipici strumenti che si usano ancora oggi come il ravane o tamburo del sega la cui pelle viene riscaldata al calore del fuoco, il bobre, un arco di legno con corde che vengono battute da un bastone, il maravane che praticamente è una scatola che viene agitata e che contiene dei semi, il coco che è un tipo di maracas e infine il triangolo. Le famiglie dell'isola, nei fine settimana , si ritrovano sulle spiagge a mangiare e a ballare il “sega” .



Feijoada ***(Brasile)***

Ingredienti:

½ kg. di fagioli neri
250 gr. di carne secca di maiale
250 gr. di costola di maiale
250 gr. di lingua di maiale
1 piede di maiale
1 orecchio di maiale
1 coda di maiale
1 salsiccia affettata
150 gr. di pancetta affumicata tritata
2 cucchiaini di olio oliva
1 peperoncino tagliato
1 pomodoro a pezzetti
2 grandi cipolle tritate
5 spicchi di aglio schiacciato

- Prima posizionare i fagioli in acqua per una notte. Il giorno successivo cucinarli a fuoco lento per un'ora.
- Tagliare a pezzi tutta la carne di maiale e lessarla per 20 minuti.
- Scolare la carne e metterla in un'altra pentola con la salsiccia tagliata.
- Da parte scaldare l'olio e soffriggere cipolla, aglio, peperoncino e pancetta; mescolare con i fagioli e la carne, impostare di sale e cuocere a fuoco lento per 20 minuti o finché risulta densa e la carne ben cotta.
- Servire con riso, cavolo, burro, farofa*, e con pezzi di arancia.

*La Farofa si fa con farina di manioca, una noce di burro e pancetta affumicata.

- Soffriggere la pancetta nel burro e poi aggiungere la farina e tostarla.

Torta capixaba ***(Brasile)***

Questo piatto è servito dai capixaba* in occasione della Settimana Santa

Ingredienti

cipolla, aglio, pepe, olio
d'oliva, olive, limone,
coriandolo, scalogno,
pomodoro q.b.
½ kg. di palma nana cotta
in precedenza
200 gr. di granchi rossi
triturati e cotti
200 gr. di granchio cotto
200 gr. di gamberetti cotti
200 gr. di ostriche cotte
200 gr. di cozze cotte
200 gr. di merlano (pesce
simile al nasello) tritato e
cotto
500 gr. di merluzzo tritato
e cotto
12 uova

Nota:

- Preparare un brasato con cipolle, aglio, pepe, olio d'oliva, olive
- Mettere sul fuoco con il cuore naturale di palma nana e attendere che l'acqua evapori e prenda consistenza
- Unire, dopo la pulizia, trituri, cotti e strizzati, tutti gli ingredienti di cui sopra mescolando fino a che l'acqua non evapora.
- Rimuovere e raffreddare leggermente. Mescolare assieme una parte di 6 albumi con i 6 tuorli.
- Aggiungere il merluzzo asciutto alla base di pesce per dare consistenza alla pasta (all'impasto).
- Cuocere a parte 6 uova. Servono solo per guarnire con le olive e gli anelli di cipolla.
- Mettere l'impasto in una pentola di coccio e cuocere in forno togliendo quando la schiuma è ben colorata. (la torta è ben gratinata).

- Assicurarsi che dal piatto di ciascuno si sia tolto il brodo lasciando il più asciutto possibile

I Capixabas sono gli abitanti della città di Vitoria capitale di Spirito Santo, in Brasile

Chiacchiere in cucina

CANTIGAS DE RODA (Brasile)

Sono canzoni per bambini del folclore brasiliano accompagnate da coreografie. I bambini formano una ruota mentre cantano e (come i nostri girotondi) sono molto usati nelle scuole e nei parchi. Le parole sono semplici e portano temi del mondo infantile. Ecco alcuni esempi:

Granchio
Granchio pesce non è
Granchio pesce è
Granchio pesce non è
Con la bassa marea
Palma, palma, palma
Piede, piede, piede
Granchio pesce è solo in bassa marea!

Ho buttato il bastone al gatto
Ho buttato il bastone al gatto, to
Ma il gatto, to, to
Non è morto, to, to
Donna Chica, ca, ca
Ammirata, ta, ta, ta
Gridò, gridò, che il gatto fece Miaol!

i piatti del Madagascar di seguito descritti vengono serviti nelle grandi occasioni quali matrimoni o feste di compleanno in cui ci si ritrova con tutta la famiglia

Frittura di cavolo **(Madagascar)**

Ingredienti

(antipasto per 6 persone)

- 1 cavolfiore
- 1 pomodoro sodo grande
- 1 cipolla coriandolo
- 100 gr. di farina
- 2 uova intere
- 1 peperoncino rosso
- 1 bicchiere d'acqua
- sale, pepe, un pizzico di zucchero
- olio per friggere

- Dividere il cavolo in 3 parti, una parte tagliarla sottile, sottile.
- Tagliare a fettine il pomodoro e la cipolla, aggiungere il coriandolo e mescolare assieme al cavolo.
- Preparare una pastella non troppo asciutta con la farina, le uova, l'acqua, il sale, il pepe, il peperoncino e lo zucchero e mettere dentro il cavolo con le verdure.
- Scaldare l'olio in una padella, prendere a pugnetti la pastella con il cavolo e metterlo nell'olio. Friggere finché risulterà croccante ma non troppo dorato.
- Per decorare: una carota tagliata a rotelle a forma di fiore e erba cipollina per fare il gambo.



Marinata di maiale ***(Madagascar)***

Ingredienti

1 filetto di maiale da ½ kg.
1 peperone verde sottile
il succo di un limone
1 cucchiaino di miele
1 goccio di liquore
(grappa, cognac o altro)
pepe,
un po' di zenzero
prezzemolo
peperoncino (pochissimo)

- Tagliare la carne a filetti metterla in una grande ciotola assieme al peperone tagliato a pezzettini e a tutti gli altri ingredienti.
- Mescolare bene e lasciare riposare per un'ora: si deve sentire il gusto, dopo, e sentire l'odore.
- In una pentola mettere l'olio, mettere tutto dentro e mischiare bene tutto insieme.
- Scaldare l'olio, coprire, mescolare con mestolo di legno bene bene.
- Mettere nel centro di un piatto rivestito di insalata e con cetrioli attorno. Una foglia di prezzemolo sopra.



Verdura mista (da accompagnare alla carne) (Madagascar)

Ingredienti

Tutti i tipi di verdura colorata, 1 per tipo, intera.

1 carota, 1 peperone verde, 1 peperone giallo, 1 peperone rosso, 1 pomodoro non troppo maturo, 1 cipolla, 1 zucchina, 1 patata, un po' di cavolfiore, il cuore di un sedano, ravanelli.

- Tagliare a julienne sottili.
- In una ciotola mettere curry, pepe, sale e succo di un limone, mettere tutto assieme, mettere un pizzico di zucchero, cannella (poca), prezzemolo.
- In una padella grande grande mettere l'olio, mettere le verdure, friggere mescolando bene.
- Girare sempre con un mestolo di legno fino a che c'è metà cottura, 15/20 minuti (croccante fuori ma no dentro).



Ananas intero (dessert) ***(Madagascar)***

Ingredienti

1 ananas
tutti i tipi di frutta che si
desiderano
1 bicchiere di miele
succo di limone e arancia
(in base alla quantità e alle
persone)
1 bicchiere di liquore
(a piacere)

- Lavare bene l'ananas, tagliare il cappuccio e metterlo da parte, tagliare un po' anche la parte sotto per farlo stare bene in piedi sul tagliere.
- Col coltello togliere la parte centrale e metterla da parte.
- Riempire con tutti i tipi di frutta migliori: ½ banana, fragole, filetto di ananas (quello tolto prima) pesca, avocado giusto di maturazione, liches (4-5), papaia gialla, fichi e altro.
- Mischiare il miele con il liquore e il succo di arancia e limone e aggiungere la frutta. Riempire l'ananas e coprire con la cupola col ciuffo tolta prima.
- Se si divide l'ananas in due parti coprire con altre cupole di frutta (es. cocco)
- Lasciare in frigorifero fino al momento di mangiare
- Volendo si può aggiungere crema chantilly e granelli colorati.

Goloubzi' ***(Ucraina)***

Ingredienti

1 cappuccio di misura
media (si usano le foglie)
400 gr. di carne mista
macinata (con grasso)
1 bicchiere di riso
olio
2 carote
2 cipolle
pomodoro
sale, pepe (altre spezie a
piacere)

- Prima di tutto mettiamo sul fuoco la pentola con acqua e sale.
- Togliere il gambo del cappuccio (compresa la parte interna) in maniera che le foglie si stacchino facilmente. Mettiamo il cappuccio a scottare e poi stacciamo le foglie una ad una, bisogna anche tagliare la parte delle foglie più grossa.
- Si prepara un sugo soffriggendo le cipolle e aggiungendo carote e tanto pomodoro.
- Il riso lo facciamo mezzo cotto(al dente).
- Mettiamo in una bacinella grande la carne macinata, il riso e metà sugo, mescoliamo bene e aggiungiamo sale e pepe e, se piace, altre spezie.
- Mettiamo nelle foglie di cappuccio l'impasto, arrotoliamo e con un dito chiudiamo da entrambi i lati (se le foglie non si chiudono bene fissarle con degli stecchini).
- Mettiamo le nostre " creaturine" in pentola con il sugo rimasto, aggiungiamo acqua fino a coprirle.
- Possiamo cuocere in forno o sul fuoco lento.
- Controlliamo con un cucchiaino la cottura: se le foglie sono morbide si versa tutto su un piatto.

Chiacchiere in cucina

IL BAJRAM (Albania)

E' una festa particolare per tutti i credenti musulmani che si festeggia dopo il Ramadan. E' la festa della rottura del digiuno, sacrificio durato trenta giorni che gli uomini fanno come segno di devozione a Dio. In Albania, durante il Bajram, che dura tre giorni, si mangiano cibi tradizionali come l'agnello al forno, il bakllava che è un dolce tipico e tanti altri cibi tradizionali. A questa festa partecipano famiglie e amici di tutte le religioni presenti in Albania e cioè musulmana, cattolica e ortodossa. Non ha una data precisa ma viene festeggiata nel mese prima di quello dello scorso anno.

In particolare si sacrifica un montone perché si dice che un uomo sacro, tanto tempo fa, aveva sognato di dover ammazzare un animale e Dio decise di mandargli un montone. Il montone viene diviso in quattro parti , tre si regalano ai poveri e l'ultima si mangia.



Biryani di carne ***(Bangladesh)***

Ingredienti

(per 8 persone)

- 1 kg di carne di manzo a pezzetti
- 4 cucchiaini di olio di semi di girasole
- 1 cipolla grande
- 2-3 foglie di tespata (simile all'alloro)
- 5 semi di cardamomo
- 2-3 bastoncini di cannella
- 1 cuc.no di radice di zenzero e aglio frullati insieme
- 1 cuc. no di polvere di gire
- 1 cuc. no di povere di donie
- 1 lime o limone
- 3-4 peperoncini kachamoric (piccoli e verdi)
- un pizzico di mashla (miscuglio di spezie)
- un goccio di latte
- 100 g di burro
- 1 Kg di riso Basmati

- In una pentola mettere l'olio, mezza cipolla tritata e in seguito la carne per farla rosolare. Successivamente aggiungere la tespata, il cardamomo, la cannella, il composto di zenzero e aglio, la polvere di gire e di donie. Mescolare e lasciar insaporire bene il tutto per 40 minuti circa. Aggiungere poi il succo di mezzo limone, un goccio di latte e i peperoncini verdi interi.
- Nel frattempo in un'altra pentola fondere delicatamente il burro e aggiungere l'altra mezza cipolla tritata, una foglia di tespata, un po' di cardamomo e cannella e lasciare rosolare le spezie per 10 minuti senza far bruciare il burro.
- Sciacquare il riso in una bacinella con acqua corrente e versare nella pentola con il burro. Far saltare il riso per 5 minuti circa e poi aggiungere acqua in quantità di 1 e 1/2 rispetto il riso (per ogni tazza di riso aggiungete 1 tazza e mezza di acqua). Dopo 10 minuti circa, quando l'acqua si sta consumando, aggiungere la carne al riso e finire la cottura a fuoco basso.
- Guarnire in un piatto o in una terrina con carote grattugiate, cetriolo e pomodoro fresco.

N.B. le spezie di questa ricetta si trovano nei negozi specializzati.

Il pollo in salsa di soia ***(Corea)***

Ingredienti

1 pollo sezionato
1 patata
1 carota
mezza cipolla
1 porro o una cipollina
un po' di sesamo

per sugo
7 cucchiaini di salsa di soia
4 cucchiaini di zucchero
1 cucchiaino di olio di
sesamo
1 cucchiaino di aglio
macinato
3 bicchieri di acqua
un pizzico di pepe

- Preparare il sugo mettendo tutti gli ingredienti (per sugo).
- Lavare il pollo sezionato.
- Tagliare: patata, carota, cipolla, la grandezza è come un cucchiaino.
- Mettere tutto in un contenitore, il sugo dovrebbe coprire tutti gli ingredienti. Dopo mettere tutto nel frigorifero per più di metà di giornata.
- Preparare una pentola larga o una padella fonda e versare tutti gli ingredienti e bollire circa 30 minuti ogni tanto mescolandoli.
- Quando rimane un terzo di sugo, aggiungere un porro tagliato (o una cipollina) e bollire circa 5 minuti.
- Spegnerne il fuoco e mettere un po' di sesamo.

Chiacchiere in cucina

CURARE (Corea)

C'erano una volta due fratelli.

Il fratello maggiore era avaro, invece il fratello minore era buono e generoso.

Un giorno il fratello minore trovò lungo la strada un uccello che aveva una zampa rotta. Lui lo prese e lo portò a casa sua per curargli la zampa.

Dopo una settimana quando l'uccello poté volare, gli portò alcuni semi per ringraziarlo lasciandoli sul tetto. Dopo un mese il fratello minore trovò un grande frutto, quindi insieme alla moglie lo prese e lo tagliò. Lui trovò i soldi e i gioielli nel frutto.

Il fratello maggiore seppe che cosa era successo al fratello minore. Lui andò in cerca di un uccello con la zampa rotta, ma non ne trovò nessuno. Lui ebbe l'idea di provare a prendere un uccello e spezzargli la zampa. Dopo qualche tentativo, riuscì a prendere un uccello e poi gli spezzò la zampa. Lui lo curò come aveva fatto suo fratello.

Lui credeva che l'uccello avrebbe portato alcuni semi come era accaduto a suo fratello, ma al posto dei semi trovò un frutto che non conteneva i soldi e i gioielli, all'interno c'erano invece dei fantasmi che gli presero tutti i suoi beni.



Fruit Crisp ***(U.S.A. Vermont)***

Ingredienti

100 gr. noci arrosto e tagliate
200 gr. farina
80 gr. zucchero di canna
10 gr. zucchero raffinato
un pizzico di sale
un pizzico di cannella
170 gr. burro freddo

- Mescolare tutti gli ingredienti e incorporare il burro freddo tagliato in piccoli pezzi con le mani fino ad ottenere una consistenza sabbiosa.
- Mettere in frigo almeno un'ora.
- Riscaldare il forno a 190 gradi.
- Scegliere la frutta che preferisci: mele, pere, pesche o frutti di bosco. Mescolare la frutta con un po' di zucchero e farina.
- Mettere la frutta in una teglia e l'impasto sopra e cuocere per circa 50 minuti.

Chiacchiere in cucina

MAPLE SYRUP (Scioppo d'acero) (America)

L'ingrediente più tipico del Vermont, un piccolo stato al nord-est degli Stati Uniti, è lo scioppo d'acero.

E' prodotto dagli alberi d'acero soltanto per un paio di settimane durante la primavera, quando la temperatura è quella giusta per far scendere la linfa che poi dopo che viene cotto diventa lo scioppo. Per farne un litro ci vogliono quaranta litri di linfa.

Lo usiamo in tanti piatti tipici: sopra i pancake (le crêpe spesse che si mangiano a colazione), il gelato e la frutta e in tanti dolci diversi.

