

BOLLETTINO DI ARCHEOLOGIA ON LINE

DIREZIONE GENERALE ARCHEOLOGIA, BELLE ARTI E PAESAGGIO

XIV, 2023/2

EMANUELE PAPI*

“FISIOLOGIA” DEI CEREALI

Nel 1826 venne pubblicato a Parigi un libro che fece epoca. Jean-Anthelme Brillat-Savarin era l'autore, un arguto e brillante poligrafo (oltre che eponimo della torta Savarin a base di farina di frumento), *Physiologie du Goût (Fisiologia del Gusto)* il titolo del volume. La prefazione della ristampa fu scritta da Honoré de Balzac che disse dello scrittore: «la sua parola è solenne come la messa di un vescovo».

Brillat-Savarin affermava che la gastronomia e le regole che governano lo stomaco sono una questione molto seria perché riguardano:

- la storia naturale per la classificazione delle sostanze alimentari;
- la fisica per l'esame della composizione e delle proprietà;
- la chimica per le differenti analisi e trasformazioni dei cibi;
- la cucina per l'arte di approntare i cibi e di renderli gradevoli al palato;
- il commercio per la ricerca dei mezzi atti ad acquistare al minor prezzo possibile ciò che si consuma e a smerciare il più vantaggiosamente possibile ciò che offre in vendita;
- l'economia politica per i mezzi di scambio fra le nazioni.

Sembrirebbe il manifesto di un'“archeologia della produzione alimentare” *ante-litteram* e sarebbe infatti necessario tenere conto le sue considerazioni.

Secondo Fernand Braudel l'identità del Mediterraneo sarebbe riducibile a una trinità profana rappresentata dal grano, dall'olio e dal vino che nei millenni hanno modellato i paesaggi dell'Europa meridionale che ancora ci circondano. In questa trimurti commestibile, il frumento ha certamente la posizione preminente.

Nel mondo greco e romano i cereali (principalmente grano e orzo) erano la base dell'esistenza, insieme agli altri cibi complementari, tra cui anche l'olio e il vino, fino agli insetti (oggi un tabù per una parte del globo), che per Aristotele sarebbero una ghiotta opportunità in caso di invasioni di cavallette. I greci antichi erano orgogliosi di sé stessi e si credevano superiori agli altri. Omero usa una parola per distinguere gli elleni civilizzati dai barbari incivili: *artophagoi*, cioè i consumatori di pane.

Soddisfare il fabbisogno di calorie attraverso i cereali non era questione da poco: bisognava

innanzitutto avere fissa dimora, disporre di terre da coltivare, essere benedetti dal clima, organizzarsi per bene e inventare tecnologie adeguate. Produzione, raccolta, conservazione e trasformazione in commestibili erano operazioni complicate, le carestie frequenti e non tutte le terre erano arabili.

Per l'antichità non sappiamo di grani trasformati in derrate a lunga conservazione - come la nostra pasta - che garantiscano il necessario nei tempi di vacche magre. Conservare il frumento richiedeva molta accortezza e ambienti adeguati, l'umidità rovinava le scorte insieme ai parassiti come all'insidioso punteruolo (il *Curculio* di Plauto). La panificazione insieme ad altre ricette da consumare dopo la cottura erano le pratiche in uso. Non tutto doveva andare per il verso giusto, se perfino per una delle ultime operazioni della catena, apparentemente facile come la macinazione, c'era bisogno di segni apotropaici come i falli frequentemente scolpiti nelle macine.

Secondo i dati moderni della FAO, il fabbisogno energetico giornaliero di un uomo adulto oscilla tra le 2000 e le 4000 calorie, a seconda di individui sedentari, attivi o molto attivi. Le terre non sono spesso in grado di produrre quantità sufficienti per tutti. Per esempio l'Attica, nonostante il dono del grano che Demetra aveva fatto ai suoi abitanti, non era adatta alla coltivazione dei frumenti: ha una bassa pluviometria (ogni anno le piogge raggiungono mediamente i 200 millimetri), i terreni alluvionali scarseggiano ed è invece migliore per l'olivo, la vite e i fichi (la cui importanza nell'alimentazione è stata finora poco valutata). In Attica si può coltivare l'orzo che è più resistente del grano e che in Grecia si era cominciato a produrre tra il 10.000 e il 6.500 a.C. (secondo datazioni calibrate).

Le cose erano però complicate da scelte organolettiche e culturali che portavano a preferire la farina più bianca possibile. La *maza* era una galletta di orzo, considerata il cibo nazionale (ne parla anche il poeta Archiloco nel VII secolo a.C.) ma chi se lo poteva permettere consumava la più raffinata farina di grano. Per Aristofane (V-IV secolo a.C.) «ἔσθαι κριθᾶς μόνας» (mangiare solo orzo) equivaleva a un regime “a pane e acqua”, e i romani dall'alto del loro snobismo canzonavano i greci come *krithophagoi* (mangiatori di orzo). Archestrato di Gela, un *bon vivant* vissuto nel IV secolo a.C., scrisse l'*Hedypatheia* (*Sensazioni del piacere*), uno dei primi manuali di gastronomia della storia, in cui decanta le lodi del pane bianco.

Per sfamare i suoi abitanti e (quando venne il momento) per nutrire la democrazia, Atene prese una serie di iniziative di politica interna: Solone, tra la fine del VII e il VI secolo a.C. aveva proibito l'esportazione dei prodotti dell'agricoltura a eccezione dell'olio di cui evidentemente non mancava il surplus; erano stati creati funzionari addetti alle vettovaglie e adottate alcune misure di diplomazia (accordi con gli stati che potevano spedire cereali, dal Mar Nero alla Sicilia) e di politica estera (l'occupazione militare di terre nelle quali il grano poteva crescere senza difficoltà). L'imperialismo ateniese fu commerciale, culturale e territoriale, non era solo una questione di *Wille zur Macht*, e il grano era in cima all'agenda.

Per esempio la conquista di Lemno agli inizi del V secolo, insieme a quella di altre isole e zone della terraferma (Imbros e Sciro, e il Chersoneso della Tracia,) e all'occupazione “coloniale” di *enclaves* territoriali a Samo, Egina, in Eubea e nel Mar Nero, aveva risvolti pratici e doveva garantire adeguati rifornimenti di grano, stoccati anche nei magazzini dell'Agora.

Nella conquista di Lemno, Atene si dimostrò poco inclusiva e benevola, fece piazza pulita degli abitanti dell'isola e li rimpiazzò con soldati che erano cittadini ateniesi di pieno diritto, per la sua natura cerealicola Lemno divenne un distretto dell'Attica oltremare.

La macinazione, l'impasto e la cottura (non solo pane ma anche farinate e frittelle) era un compito femminile insieme alla preparazione di ricette che prevedevano l'uso di liquidi.

Solo l'arrostitimento delle carni sul fuoco, per gli dèi e per gli umani, spettava ai maschi (una pratica millenaria che dura ancora oggi con i barbecue all'aperto). La macinazione avveniva con strumenti di pietra, che per secoli ebbero una forma e un uso diversi dalle macine circolari con *mola* e *catillus* in uso in occidente (come quelle di grande formato che si vedono nei panifici di Ostia e Pompei): era la *mola trusatilis*, preferibilmente in pietra lavica, a base rettangolare, con un peso di contrasto tronco-trapezoidale che veniva azionato per la frantumazione dei grani.

Secoli dopo l'età classica l'imperatore Adriano, nel II secolo d.C., con un gesto di grande magnanimità stabilì che ogni ateniese dovesse ricevere gratis la razione di grano necessaria, come già avveniva a Roma con le *frumentationes* a spese dello Stato (distribuzioni gratuite per gli individui che avevano la cittadinanza romana e risiedevano nella Capitale). Da secoli il pane e le feste sono promesse di felicità, dal *Panem et Circenses* dell'antica Roma alle *Feste Farina e Forca* dei Borboni (con l'evidente esclusione della forca) al *Bread and Roses*, due diritti fondamentali che i proletari americani reclamavano più di un secolo fa.

*Direttore Scuola Archeologica Italiana di Atene
direttoresaia@scuoladiatene.it