



Università  
Ca' Foscari  
Venezia

Corso di Laurea Magistrale  
in Antropologia Culturale,  
Etnologia, Etnolinguistica

Tesi di Laurea Magistrale  
**“We’re all bachelors, here”**

*Le pratiche alimentari nel contesto dell'accoglienza di richiedenti asilo e  
detentori di protezione internazionale a Padova*

**Relatore:**

Prof. Francesco Vacchiano

**Laureanda:**

Leyla Khalil

**Matricola:** 887474

**Anno Accademico:**

2022 / 2023

# ***“We’re all bachelors, here”***

## **Le pratiche alimentari nel contesto dell’accoglienza di richiedenti asilo e detentori di protezione internazionale a Padova**

di Leyla Khalil

### **INDICE**

**Introduzione. “I am sure you have African blood” ..... pag 4**

Osservare I cambiamenti: nota metodologica

Il panorama dell’accoglienza in Italia

**1. Lo stato dell’arte ..... pag 18**

1.1 “Solo calorie”? Valori (non solo) nutrizionali

1.2 L’ingrediente mancante. Corpi che imparano, palati che si adattano

1.3 In the absence of women?

1.4 Digital Foodscapes

1.5 Il cibo come arma dei deboli: l’agentività della cucina

1.6 Piantare o acquistare. Dall’orto sociale ai negozi dal sapore familiare

1.7 *Bubbles of homeliness*

**2. La ricerca etnografica ..... pag 46**

2.1 L’orto, culla del cibo

2.2 Portare la tradizione, inviare l’innovazione

2.3 Risotto maliano

2.4 We are all bachelors here

2.5 Biryani e banana

2.6 Loro non sanno le conseguenze di questa pratica

2.7 Fare la spesa

2.8 Abbiamo scoperto che mangiare fuori non è bene

2.9 Un piatto in frigo, l'altro sul tavolo

2.10 Tutorial per la torta di mele

**3. Analisi dei risultati ..... pag 86**

3.1 *If we do not know what we eat, how can we know who we are?*

3.2 Il cibo insieme

3.3 Allargare il concetto di noi

3.4 Tutti gli spazi del cibo

**4. Conclusioni ..... pag 99**

**5. Allegati ..... pag 104**

5.1 Interviste

5.2 Diario di campo

5.3 Fotografie

**Riferimenti bibliografici ..... pag 168**

**Ringraziamenti**

## Introduzione

**“I am sure you have African blood”**

*Questo libro racconta l'evoluzione del mio interesse per lo studio antropologico del cibo e della cultura negli ultimi vent'anni. Gli antropologi ammettono che, mentre viaggiamo in terre lontane e trascorriamo lunghi periodi di tempo ad ascoltare persone diverse che ci raccontano la loro vita, stiamo anche studiando noi stessi.*

*E così è per me e per il cibo.*

Counihan, 1999

Ho scelto questa frase, incontrata durante la mia ricerca, per introdurre ciò che questo lavoro è stato per me, in sintonia con quanto affermato da Counihan.

Cibo e migrazione sono temi attuali: si mangia *etnico*, si segue la *World Cuisine*, si azzardano ricette dal mondo per stuzzicare le papille gustative degli ospiti. Non è scontato, però, che questo cosmopolitismo rispecchi una più attenta riflessione su come la mobilità si trasponga nelle pratiche alimentari attraverso processi di adattamento, commistione, mutamento. Cambiano le ricette, cambia la sfera di senso che si costruisce attorno alla preparazione e alla consumazione del cibo, i ruoli di genere nella gestione alimentare si smussano in nome del mantenimento, tramite l'alimentazione, della memoria di qualcosa di più importante: i sapori che ricordano casa.

Quello della migrazione è un tema caldo ma spesso, nel trattarlo mediaticamente, manca una conoscenza approfondita della quotidianità delle persone che abitano, nella vita di ogni giorno, i centri di accoglienza.

La mia esperienza lavorativa nell'ambito della migrazione, dal 2015 ad oggi, mi ha reso testimone privilegiata di alcuni aspetti quindi, consapevole che quanto ho osservato negli anni possa risultare di interesse accademico, ho deciso di lavorare sul tema delle pratiche alimentari nei contesti di accoglienza nel territorio di Padova, con riferimento particolare agli ospiti di Associazione Popoli Insieme ODV.

Da sei anni lavoro presso l'Associazione Popoli Insieme ODV, fra i capisaldi del volontariato padovano per chi decide di attivarsi a supporto di persone richiedenti asilo e rifugiate, nonché costola della Rete Astalli e del Jesuit Refugee Service (JRS). Assunta anche perché in possesso del titolo di mediatrice

interculturale dopo studi presso l'università La Sapienza -corso di laurea in Mediazione Linguistica e Interculturale- e l'Università degli Studi di Padova -Master di primo livello in Studi Interculturali-, il mio percorso all'interno dell'associazione mi ha portato a relazionarmi con l'utenza migrante come operatrice dell'accoglienza e poi, dal 2019, a muovermi verso mansioni di progettazione e di coordinamento.

Nel percorso di ricerca che mi ha portato alla stesura del presente elaborato, l'esperienza con l'équipe di ricerca della professoressa Donatella Schmidt nell'ambito del progetto Hera FOOD2GATHER occupa un posto di rilievo: ad esso ho collaborato come informatrice, poi come ricercatrice grazie ad una borsa di ricerca di tre mesi, che si è conclusa con il mantenimento del mio coinvolgimento su base volontaria per il semestre successivo. Il progetto, che indagava il legame fra alimentazione, rifugiati e spazio pubblico, pur differendo leggermente dal punto focale della mia ricerca, mi ha permesso di approfondire aspetti a me all'epoca nuovi, relativi all'antropologia alimentare, ai refugees studies, nonché di partecipare attivamente alla ricerca e allo sviluppo degli output di progetto con un gruppo di professionisti di vario background, allargando anche gli orizzonti bibliografici.

Le motivazioni per cui ho scelto di lavorare sul tema delle pratiche alimentari in contesto migratorio non si esauriscono qui. Un peso importante lo hanno le mie origini libanesi, il mio personale trascorso con riferimento all'alimentazione, l'interesse personale per l'antropologia alimentare. Ho scritto di cibo e Libano nel racconto "Ricordi Congelati", presentato al Concorso Lingua Madre 2015, a cui è stato assegnato il premio Slow Food. Successivamente, gli scritti di Ghassan Hage e di Claire Beerman<sup>1</sup> mi sono stati utili per approfondire il senso di nostalgia legato alla migrazione e all'alimentazione con particolare riferimento al contesto libanese. Mi ha sorpreso scoprire, nell'articolo di Beerman, che sia possibile trasmettere una forma di nostalgia anche alimentare anche a generazioni che non ha mai vissuto in prima persona le migrazioni: secondo l'autrice, è proprio l'irrisolto genitoriale con la propria terra di origine ad abitare la mente dei figli. Questo mi ha fatto pensare, ancora una volta, che deve necessariamente esserci un nesso importante fra cibo e ricostruzione della memoria per supplire alla mancanza di un luogo. Perciò, a partire dagli altri racconti del Concorso Lingua Madre vincitori del premio "Slow Food - Terra Madre", ho deciso di sviluppare la mia tesi di Master intitolata "La Madeleine Interculturale".

---

<sup>1</sup> "Quello che resta", reperibile in italiano su Internazionale n° 1471-72-73 anno 29 di luglio/agosto 2022, parla di come sia possibile sentirsi legate a luoghi e persone di un paese in cui non si è mai vissuto, in questo caso facendo riferimento proprio a Beirut.

Prima di lavorare presso Popoli Insieme, ho lavorato come operatrice dell'accoglienza e mediatrice linguistica in altre realtà del territorio. Le mie origini libanesi mi hanno sempre facilitato nel ruolo, rendendo possibile la costruzione di ponti comunicativi. Sono sempre stata percepita dai beneficiari dei servizi come meno aderente agli standard culturali ed estetici locali, più liminale, proprio come loro, e la presa di consapevolezza di questo aspetto ha facilitato la relazione anche quando l'effettiva comunanza di usi e costumi era scarsa.<sup>2</sup>

Nel corso degli ultimi anni, tuttavia, mi è anche stato fatto notare con sorpresa il fatto che mangio il riso affiancandolo allo yogurt "come si fa da noi" (in Afghanistan), che mangio insalata scondita e cetrioli e limone solo per smorzare i sapori forti come si fa in Pakistan. Insomma: i miei interlocutori sono stati gli attenti osservatori che mi hanno portato alla consapevolezza di essere una "mangiatrice transculturale". *"Leyla, I am sure you have some African blood"* mi ha detto una volta una interlocutrice di origine nigeriana. Anni dopo, sono ancora alla ricerca di cosa possa significare "avere il sangue africano" quando si tratta di mangiare. L'interlocutrice, quando ho chiesto spiegazioni, ha fatto riferimento al mio apprezzamento per il gusto piccante, all'uso delle mani per accompagnare in taluni casi il cibo alla bocca, alla conoscenza di alcuni capisaldi della cucina nigeriana come, in quel caso, il platano e l'igname.

Questo lavoro non è frutto di un'osservazione unidirezionale ma di un guardarsi a vicenda. Per questo motivo lo spazio della cucina è sempre stato, per me, lo spazio in cui, per eccellenza, avvicinarsi è possibile.

### **Osservare i cambiamenti: Nota metodologica**

Associazione Popoli Insieme ODV è una realtà attiva sul territorio padovano dal 1990, con sede nel centro della città, dietro Prato della Valle. Il suo scopo statutario principale è quello di fornire accoglienza a persone migranti in stato di necessità. Con il tempo, ci si è rivolti nello specifico a persone richiedenti asilo e rifugiate. Oggi Popoli Insieme ospita circa sessanta richiedenti protezione internazionale e venti detentori di protezione internazionale, oltre a dare supporto a dieci altri titolari di protezione internazionale presso appartamenti di sgancio. La modalità prediletta è quella dell'accoglienza diffusa, che consiste nel collocare i richiedenti asilo accolti in appartamenti del territorio, con una media di 5-6

---

<sup>2</sup> Posso tuttavia dare prova di come io per prima mi sia sentita "a casa" nel notare che i ragazzi afgani usano lo yogurt insieme a primi piatti di riso come si fa in Libano, che i giovani pakistani mangiano crudité in insalata o semplicemente a fette senza l'aggiunta di olio, come amo fare anch'io, prendendo in eredità l'uso libanese. Di certo ho poco in comune con ospiti nigeriani o maliani, ma probabilmente la mia postura di apertura e curiosità di apprendere come si sta a tavola in altri contesti è appresa fin dall'infanzia, frequentando contesto bilingue e interculturale già in famiglia.

persone per appartamento, arginando il rischio di marginalizzazione legato alla concentrazione di alti numeri di migranti in grandi centri fuori città. Questa modalità garantisce inoltre il contenimento dell'impatto sul territorio e uno spazio domestico dignitoso per ogni ospite. Fa eccezione la struttura di Popoli Insieme sita a Padova nel quartiere Arcella, in via Minio, che ospita 20 persone. Quest'ultima, definita internamente come "seconda accoglienza"<sup>3</sup> è portata avanti su base volontaria ed accoglie uomini adulti titolari di protezione internazionale che pervengono all'Associazione tramite segnalazioni, in particolare del Comune di Padova, o tramite lo sportello che l'Associazione apre al pubblico il martedì sera dalle 18.00 alle 20.00. Con l'obiettivo di garantire l'accesso al più ampio numero di persone possibile, ogni ospite firma un regolamento che gli permette la permanenza per tre mesi, prorogabili fino ad un massimo di un anno. Periodo durante il quale, grazie al supporto di volontari e/o a progetti specifici, è affiancato nella ricerca di un impiego stabile e di una sistemazione alloggiativa, nonché in altre attività ricreative, sportive e di orientamento al territorio, educazione finanziaria, corsi di informatica etc. La situazione del centro di seconda accoglienza, come si vedrà in seguito, è molto diversa da quella dei richiedenti asilo ospitati in Centri di Accoglienza Straordinaria (CAS)<sup>4</sup>, anche per quanto riguarda la gestione alimentare. L'accoglienza in CAS è adottata da Popoli Insieme dal 2014, anno in cui l'Associazione ha iniziato a collaborare con la Prefettura di Padova, ed è molto più vincolata al capitolato di gara d'appalto, che avremo modo di considerare in maniera più approfondita come punto di partenza per analizzare le pratiche alimentari nelle strutture di accoglienza.

L'elaborato che segue fa riferimento all'esperienza e alle annotazioni degli ultimi otto anni. Per quanto riguarda gli anni che precedono la mia iscrizione al corso di Laurea Magistrale in Antropologia Culturale, ho potuto utilizzare gli appunti dettagliati che avevo l'abitudine di prendere in momenti particolarmente densi, con l'idea, all'epoca, di scrivere un libro. Dal 2020, quando sono tornata in Università, ho deciso di tenere traccia degli avvenimenti in maniera più strutturata, regolare e consapevole. Dall'estate del 2021 ho avuto modo di realizzare interviste semi-strutturate con gli interlocutori con i quali si era stabilita, con il tempo, una relazione di fiducia reciproca. Un importante campo di osservazione e partecipazione è stato, per me, lo spazio dell'orto sociale di Popoli Insieme: l'Associazione gestisce infatti

---

<sup>3</sup> La definizione può differire nel suo contenuto a seconda dell'organizzazione: ad esempio, per Astalli Trento questa tipologia è definita terza accoglienza.

<sup>4</sup> I CAS, Centri di Accoglienza Straordinari, sono stati regolamentati nel 2015 con il dlgs del 18 agosto 2015, n. 142 al fine di sopperire alla mancanza di posti nelle strutture ordinarie di accoglienza o nei servizi predisposti dagli enti locali, in caso di arrivi consistenti e ravvicinati di richiedenti. Ad oggi, al contrario di quanto suggerito dal nome, costituiscono la modalità ordinaria di accoglienza.

cinque appezzamenti degli orti di quartiere su concessione del Comune di Padova. Seguire i ragionamenti, sondare i bisogni e supportare le azioni dei richiedenti asilo e dei rifugiati accolti dall'Associazione da questo osservatorio privilegiato mi ha permesso di dare alla parte etnografica di questo lavoro la struttura che propongo. Ho cominciato analizzando l'attività di Orto Sociale che Popoli Insieme propone ai propri beneficiari e ai volontari, ho trattato il tema dell'invio e della ricezione di beni alimentari e utensili da cucina verso e dal paese di origine e, di conseguenza, la maniera in cui il contatto con un contesto e ingredienti nuovi possa favorire l'adattamento di alcune ricette e la creazione ex novo di altre. Successivamente, ho considerato la dimensione del genere e l'impatto dei ruoli di genere sulle pratiche alimentari in contesto migratorio, per poi trattare la disponibilità ad accogliere o meno nuovi usi e costumi, l'impatto percepito di questi cambiamenti sulla propria salute, la gestione della spesa e la frequentazione di locali di ristorazione. In conclusione, mi sono concentrata sul tema del dono e sull'uso dei mezzi digitali in contesto alimentare da parte dei miei interlocutori.

Sebbene la tesi si concentri sulle pratiche alimentari all'interno delle strutture di accoglienza, ho ritenuto consono fare un cenno anche alla condivisione del cibo in occasioni conviviali organizzate dall'Associazione -come ad esempio la festa di 'īd al-fiṭr<sup>5</sup>- e alla narrazione del e sul cibo che prende vita nello spazio digitale tramite video YouTube, confronto e condivisione con familiari lontani tramite status WhatsApp. Questo per due motivi: primo perché l'online, per la sua onnipresenza, è oggi intrinsecamente legato allo spazio domestico, in un continuo movimento fra dentro e fuori, locale e globale. Il secondo è che per le feste, soprattutto quelle organizzate dall'Associazione per facilitare il dialogo interculturale, spesso gli ospiti di Popoli Insieme sono chiamati a cucinare nei loro appartamenti in vista di una presentazione dei piatti: mi interessava quindi confrontare l'osservazione della preparazione e consumazione di cibo in contesto intimo con quella negli spazi di convivialità e condivisione.

Per quanto riguarda la ricerca sul campo, le mie fonti principali sono state:

- a. incontri informali non registrati negli spazi dell'orto sociale e negli appartamenti sia di prima che di seconda accoglienza e relativi appunti raccolti immediatamente a seguire fra il gennaio 2021 e il gennaio 2023,
- b. 6 interviste a interlocutori (3 persone che sono o sono state ospitate da Popoli Insieme) e informatori/osservatori privilegiati (2 colleghi di Popoli Insieme) sostenute fra settembre 2022 e maggio

---

<sup>5</sup> Trattasi della festa in occasione dell'interruzione del digiuno alla fine del mese di Ramadan, seconda festività più importante per chi professa la fede islamica dopo la 'īd al-kabir, festa del Sacrificio.



2023. Tutte le interviste sono state registrate ad eccezione di una, di cui riporto in appendice unicamente un breve scambio di cui ho preso nota manualmente.

c. osservazione e note di campo nei contesti di accoglienza dal 2015

Durante la ricerca ho potuto scattare alcune foto, allegate in appendice, che danno un'immagine concreta di quanto illustrerò nel secondo capitolo. Il repertorio è dunque variegato e copre quasi otto anni; nel frattempo, il panorama dell'accoglienza è cambiato, come vedremo, sia dal punto di vista dei flussi migratori e dei paesi di provenienza degli ospiti che dal punto di vista legislativo. Questi cambiamenti hanno avuto ripercussioni anche sulla gestione dell'accoglienza. Le persone migranti con cui mi sono relazionata abitano tutte nella città di Padova, prevalentemente nel quartiere Arcella, dove hanno sede sia il Centro di seconda accoglienza sia alcuni appartamenti di prima accoglienza. Gli arrivi in Italia delle quattro persone migranti intervistate risalgono al 2006 (Djobo), 2014 (Fadjiki), 2017 (Falilou), 2018 (Hossam). L'osservazione e la partecipazione sul campo, invece, sono state possibili anche con giovani arrivati in Italia nel 2021-2023. Questo ha permesso di confrontare diacronicamente le esperienze e rapportarle con le fonti bibliografiche. All'interno di Popoli Insieme, dal 2017 ad oggi, è cambiato anche il mio ruolo e, con esso, il mio posizionamento sul campo: ho iniziato come operatrice dell'accoglienza, con mansioni legate al disbrigo di pratiche burocratiche, accompagnamenti medici, orientamento al territorio, supervisione del percorso di apprendimento dell'italiano, preparazione alla commissione<sup>6</sup> etc. Dal 2019 ho accettato l'invito del direttivo dell'Associazione a formarmi al suo interno come progettista sociale, allontanandomi gradualmente dalle mansioni legate all'accoglienza. Fortunatamente, trattandosi di una piccola organizzazione, ho avuto modo non perdere il contatto con alcuni ospiti con cui avevo instaurato un legame. Al contrario: la percezione che io non fossi più una figura incaricata di supervisionare, richiamare, prendere provvedimenti in caso di problemi mi ha permesso di relazionarmi in maniera privilegiata con loro. Se il fatto che gli ospiti fossero consapevoli del mio legame lavorativo con Popoli Insieme ha facilitato l'instaurarsi di un legame di fiducia, l'assenza di un ruolo educativo specifico nel loro percorso formativo ha ulteriormente facilitato la relazione in seguito al mio cambio di mansione. Ho comunque mantenuto costante l'attenzione a non allontanarmi, con il mio comportamento più rilassato, dall'approccio dell'équipe, ad illustrare di volta in volta in che veste comunicassi qualsiasi tipo di contenuto: in veste di persona che lavora a Popoli Insieme, in veste di ricercatrice, in veste di conoscente e amica.

---

<sup>6</sup> Si tratta della raccolta delle memorie della persona che richiede asilo, generalmente effettuata dall'operatore/operatrice legale dell'ente di accoglienza, durante la quale si ricostruisce il susseguirsi cronologico degli eventi e si introduce all'audizione davanti alla Commissione Territoriale che valuterà il riconoscimento o il diniego di una forma di protezione.

I temi focali delle interviste erano le abitudini alimentari passate e presenti degli interlocutori, le pratiche legate all'acquisto di beni alimentari, all'alimentazione dentro e fuori casa, le preferenze e le repulsioni. Le sei interviste hanno avuto una durata media di un'ora e si sono svolte sempre in maniera individuale, in spazi non legati al contesto di accoglienza, previo consenso degli intervistati. Il legame di fiducia con gli interlocutori ha facilitato l'interlocuzione e il rilascio del consenso verbale alla registrazione. Le registrazioni, effettuate con il cellulare, sono state successivamente trascritte. La traccia per l'intervista ha avuto un ruolo di supporto ma non ha limitato il dialogo, dal momento che i partecipanti sono stati invitati a riflettere su qualsiasi aspetto legato al cibo che ritenessero importante condividere. Ho posto anche alcune domande in modo più puntuale come, ad esempio, l'adattamento di alcune ricette specifiche, la percezione di qualità e salubrità del cibo, le relazioni e interlocuzioni con coinquilini dello stesso paese o di paesi differenti, il cambio di abitudini alimentari e culinarie provocato dalla migrazione. L'elemento della mia genuina curiosità nei confronti della cucina dal mondo è stato rilevante nel far sì che gli interlocutori percepissero sé stessi come esperti della materia e me come persona a cui trasmettere nuove nozioni, sviluppando così fiducia in sé e agevolando lo stabilirsi di una relazione. Le mie richieste di apprendere nuove ricette o di cucinare insieme sembravano divertire i miei interlocutori, favorendo la costruzione di spazi di condivisione meno gerarchici. Ogni mio errore durante la preparazione era accolto con tranquillità e pazienza. Lavorare per un obiettivo comune in cui l'investimento è uguale da parte di tutti ha favorito sentimenti di fiducia e reciprocità in contrasto con quanto ho voluto consapevolmente evitare, ovvero l'approccio del ricercatore come collezionista di informazioni.

Come proposto da Goodall (citata in Chaplin, 2019, p. 11), ho fatto la scelta di non trattare in modo diretto con i miei interlocutori il tema della fiducia e della sua assenza, che pure si è rivelato fondamentale in sede di ricerca bibliografica sia in relazione al cibo che al contesto dell'accoglienza di richiedenti asilo e rifugiati. Ciò che ho potuto indagare senza compromettere la serenità degli interlocutori sono gli elementi su cui, secondo loro, si fonda la relazione di fiducia necessaria alla condivisione di cibo.

La scelta di incontrarsi in uno spazio non connotato è dettata dalla volontà di distinguere il mio ruolo come persona che lavora presso Popoli Insieme da quello di persona che svolge ricerca etnografica. Sia le interviste che gli scambi non strutturati si sono svolti in assenza di mediazione linguistica, utilizzando principalmente l'italiano come lingua veicolare, ma appoggiandosi all'inglese, al francese o all'arabo in caso di necessità, nonché ad ausili digitali come Google Immagini e Google Translate. La scelta di non appoggiarsi ad alcun tipo di mediazione è legata al fatto che la mia relazione di fiducia con gli intervistati

si è sempre basata sul tentativo di comunicare, tranne che in contesti ufficiali<sup>7</sup>, con i mezzi disponibili. A causa della natura performativa delle pratiche alimentari nel contesto di accoglienza, molti dei dati utilizzati per questa tesi non sono emersi a seguito di domande esplicite ma dall'osservazione di pratiche emerse in contesti quotidiani.

Le interlocuzioni informali sono avvenute in contesti di gruppo che ho osservato e a cui ho partecipato attivamente. Le note di campo sono state quindi prese sul bloc-notes dello smartphone o tramite registrazione della mia voce immediatamente dopo gli eventi, per poi essere trascritte al computer. In coerenza con la metodologia di ricerca proposta da Jeff Miller e Jonathan Deutsch<sup>8</sup> (citato in Baho 2020), ho lasciato gli interlocutori liberi di condividere aneddoti secondo loro rilevanti riguardo la sfera alimentare. Sono stata particolarmente ispirata dalla modalità di auto-organizzazione domestica e dal mutuo aiuto che ho osservato negli appartamenti di accoglienza.

Da qui ha preso le mosse il mio interesse verso una domanda specifica: in termini di ruoli, abitudini, gusti, procedure, strumenti, alimenti cosa avviene esattamente fra “lì” e “qui”?

Mi spiego meglio: come cambiano -o come si mantengono- le pratiche alimentari di persone richiedenti o titolari di protezione internazionale nei contesti di accoglienza nel territorio padovano? Che impatto hanno sulle pratiche alimentari la migrazione e la collocazione in strutture inserite in un quadro normativo ben preciso dettato dalle istituzioni?

Una volta chiarita la domanda di ricerca, ho organizzato momenti più strutturati in cui i ragazzi erano al corrente del mio arrivo per condividere un pasto e, a volte, cucinarlo insieme con l'idea che io potessi imparare con loro. Ho alternato queste occasioni a visite non programmate, al fine di approfondire l'osservazione dell'organizzazione quotidiana fra coinquilini e le dinamiche di preparazione e consumazione dei pasti, consapevole che la mia visita avrebbe assunto un tono di eccezionalità rispetto alla routine. Per dinamizzare le serate in cui gli ospiti erano al corrente della mia visita, mi sono spesso presentata, con il loro consenso, insieme a Flavia, volontaria dell'Associazione nonché persona a me vicina e al corrente della mia ricerca. È importante specificare che Popoli Insieme, a differenza di altre realtà legate all'accoglienza di migranti, ha sempre permesso ai volontari l'accesso agli appartamenti<sup>9</sup> per facilitare l'instaurarsi di relazioni con persone del territorio.

---

<sup>7</sup> Ad esempio la lettura di verbali con l'esito della commissione, il regolamento per la convivenza negli appartamenti di accoglienza ecc.

<sup>8</sup> “Le conversazioni sul cibo contengono spesso digressioni esplicative che consentono al ricercatore di scoprire ulteriori informazioni sull'importanza del fenomeno alimentare in esame.” p.30

<sup>9</sup> Eccezione fatta per il periodo connotato dall'emergenza pandemica

Come già riportato, la prima e la seconda accoglienza rispecchiano due momenti di vita diversi per le persone accolte. Per cogliere meglio le differenze -e le conseguenze che si rispecchiano nella sfera alimentare- è necessario soffermarsi sul panorama dell'accoglienza in Italia, nello specifico a Padova.

## **Il panorama dell'accoglienza in Italia**

L'Italia riconosce il diritto d'asilo nell'articolo 10 comma 3 della Costituzione, recependo le raccomandazioni del diritto internazionale e anticipando le indicazioni della Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo del 1948 (articolo 14)<sup>10</sup> e della Convenzione Europea per i Diritti dell'Uomo (1950).

Tale diritto, tuttavia, va considerato in un insieme di altre norme, procedure, pratiche -in una parola, "dispositivi"<sup>11</sup>- che hanno l'obiettivo di rendere il controllo delle frontiere più efficace e operativo e che insieme costituiscono quello che viene definito il "border regime" (Vacchiano, 2013). Il bisogno di una "gestione più efficace dei flussi migratori in ogni fase", correlato con l'obiettivo esplicitato di contrastare la migrazione illegale (Hague Programme, art. 23, e Tampere Programme, art. 22, citati in Vacchiano, 2013, p.339) giustifica l'uso di un complesso sistema di tecnologie di sorveglianza anche attraverso tecniche biometriche, timbri, visti, fili spinati e muri, commissioni territoriali, documenti e lunghe trafilie burocratiche, categorie di classificazione che distinguono il "regolare" dall' "irregolare". Questi dispositivi, di tipo legislativo (trattati, patti...), burocratico-amministrativo (procedure, documenti e soggetti coinvolti negli aspetti più burocratici), concettuale (tassonomie, forme di classificare il movimento e le persone) e securitario (controlli fisici e biometrici, muri, recinzioni...), influenzano altamente la mobilità internazionale, il concetto di cittadinanza, gli spazi, generando un'inclusione selettiva dei migranti (Mezzadra, citato in Vacchiano, 2013, p.356). Le frontiere vengono così proiettate verso l'esterno fino a generare un impatto che arriva anche a migliaia di chilometri dalle zone geografiche che delineano un'area come, ad esempio, l'Europa (Vacchiano, 2013 p.339). Sono questi dispositivi ad alimentare l'idea della "invasione di profughi" e la divisione binaria fra la categoria di immigrati "regolari" e quella degli "irregolari".

Fra tali dispositivi, è utile citare gli accordi di Schengen (1985), la Convenzione di Dublino e i successivi Regolamenti Dublino I, II e III, che sanciscono l'obbligo del primo paese di arrivo del richiedente asilo a

---

<sup>10</sup> "Ogni individuo ha il diritto di cercare e di godere in altri paesi asilo dalle persecuzioni".

<sup>11</sup> Definiti da Foucault come insieme eterogeneo di discorsi, istituzioni, decisioni, leggi, misure amministrative, definizioni scientifiche, filosofiche, morali che racchiude sia quanto viene esplicitato che ciò che non è verbalizzato.

procedere con le formalità di riconoscimento e successivamente all'autorizzazione alla libera circolazione nell'UE.

Oggi, al suo arrivo, il richiedente asilo può presentare una richiesta di protezione internazionale, che viene valutata da una Commissione Territoriale costituita su coordinamento della Prefettura. Se l'esito dell'audizione è positivo, la Questura fornisce un permesso di soggiorno per asilo, della durata di cinque anni, rinnovabile fino all'ottenimento della cittadinanza nei termini di legge. Alternativamente, nel caso di riconoscimento, da parte della Commissione, di un rischio oggettivo -guerre, conflitti armati- in caso di rientro presso il proprio paese di origine, può essere riconosciuta la protezione sussidiaria. Durante gli anni di arrivo di molti degli interlocutori della mia ricerca esisteva ancora la protezione umanitaria, valida due anni e rinnovabile o convertibile in permesso di lavoro. Quest'ultima è stata abolita dal cosiddetto "Decreto Sicurezza" del 2018, poi convertito in L. 132/2018, che la sostituisce con la 'protezione speciale'.

In caso di respingimento della domanda di asilo è possibile presentare un ricorso in Tribunale, che garantisce la permanenza nelle strutture di accoglienza fino al nuovo esito.

Secondo le procedure stabilite dai regolamenti, negli anni di arrivo della maggior parte dei miei interlocutori, i richiedenti asilo avrebbero dovuto accedere al Sistema di Protezione per Richiedenti Asilo e Rifugiati (SPRAR), all'interno di programmi di accoglienza gestiti dai Comuni in collaborazione con realtà del terzo settore. L'adesione al sistema SPRAR è sempre stata su base volontaria, motivo per cui molte amministrazioni italiane hanno evitato di supportare programmi di accoglienza sui loro territori. A questa mancanza i diversi governi hanno sopperito tramite l'apertura di Centri di Accoglienza Straordinaria (CAS) che, nonostante la definizione, costituiscono oggi l'ordinario percorso per persone che richiedono asilo. Il sistema SPRAR è stato successivamente ridefinito come SIPROIMI, accessibile soltanto a rifugiati e detentori di protezione internazionale (2018), e SAI, Sistema Accoglienza e Integrazione (2020). Per quanto, stando al sito del SAI, risulta possibile l'accesso anche a richiedenti asilo, questa eventualità risulta di fatto remota.

Consideriamo, nello specifico, i numeri risalenti agli anni di arrivo della maggior parte delle persone che ho intervistato. Si tratta degli anni in cui si attesta la crescita delle richieste di asilo in Italia, che dal 2015 al 2016 salgono del 47% e ancora di un ulteriore 44% nel primo semestre del 2017 (Allievi, 2018). Molte richieste sono rigettate, mentre la maggior parte dei permessi rilasciati è per motivi umanitari. Lo status di rifugiato è riconosciuto a circa il 5-10% dei richiedenti, a seconda dell'anno preso in considerazione.

Stando ai dati della Rete SAI, a giugno 2022 la Regione Veneto accoglieva 820 persone<sup>12</sup>. Il tempo di permanenza nelle strutture è variabile. Con riferimento particolare ai richiedenti asilo, la probabilità di ottenere una protezione in tempi brevi è proporzionale al grado di compromissione dei territori di provenienza e, quindi, al rischio vissuto da chi si allontana da essi. Questo fa sì che molte persone escano dall'accoglienza in CAS nel giro di pochi mesi, con un documento in mano ma ancora pochi strumenti per orientarsi sul territorio. A questo punto dovrebbero avere accesso al SAI, ma non tutte hanno questa possibilità e molte superano anche il periodo di accoglienza in SAI senza maturare gli strumenti necessari per l'autonomia. Questo fa sì che siano numerose le persone che, pur con un permesso ottenuto in seguito alla richiesta di asilo, si trovano in difficoltà a trovare un lavoro e una casa. È per rispondere a questo bisogno che Popoli Insieme, sin dalla sua nascita, ha messo a disposizione un centro di seconda accoglienza che ospita persone che si trovano nella situazione illustrata. Si tratta in gran parte di persone che accedono allo sportello di supporto e orientamento aperto il martedì sera, conosciuto principalmente tramite il passaparola fra interessati. La struttura accoglie fino ad un massimo di venti uomini adulti e i posti sono costantemente occupati da persone che siglano un accordo trimestrale, con possibilità di proroga fino ad un anno. Durante il periodo di permanenza, operatori e volontari si attivano per facilitare il percorso di inserimento lavorativo, la ricerca di un alloggio stabile e per fornire altri strumenti utili ad orientarsi sul territorio, nella burocrazia, nel disbrigo di pratiche sanitarie ecc.

Questa panoramica su alcuni elementi di contesto è propedeutica ad un'analisi delle diverse modalità di gestione della sfera alimentare nei contesti di accoglienza.

Le accoglienze in CAS, che Popoli Insieme offre nella modalità di accoglienza diffusa, seguono le linee guida del Capitolato della Prefettura, allegato 1-BIS "Specifiche tecniche integrative dello schema di capitolato di appalto relative alla erogazione dei servizi di accoglienza e alla fornitura di beni –lotto unico –centri di cui all'art. 1, comma 2 lett. A), del capitolato".

Nel documento si legge:

"Le derrate fornite dovranno corrispondere per tipo, qualità e quantità a quanto necessario per la preparazione dei seguenti pasti giornalieri:

Prima colazione, composta da: -1 bevanda calda (200 cc a scelta latte, caffè, tè); -fette biscottate (4 fette biscottate) +1 panetto di burro + 2 confezioni monoporzione di marmellata o miele. In alternativa, biscotti confezionati monoporzione da 80 gr.

---

<sup>12</sup> <https://www.retesai.it/wp-content/uploads/2022/06/I-numeri-della-rete-SAI-2022-06-SITO-1.pdf>

Pranzo e cena (con alternanza dei menù previsti) composti da: -un primo piatto (pasta, riso, cous cous gr.100/150 a seconda del condimento o gr. 80 pasta e 100 gr. di legumi o riso. Ammessa anche la pizza); -un secondo piatto (carne rossa 150 gr. carne bianca 200 gr. o 250 gr. se con osso, pesce 200 gr., due uova, 100 gr. di formaggio); -contorno di verdura 300 gr; -frutta di stagione (150 gr. oppure 1 frutto, banana, mela, pera, arancia, ecc. o yogurt o, due volte a settimana, dolce monoporzione); -2 panini (gr. 60 cad.); -1 lt. di acqua minerale pro capite.

Devono essere resi disponibili condimenti e aromi, anche in confezioni monoporzione.

[...] Ove, in sede di controllo, vengano riscontrati scostamenti quali-quantitativi rispetto alle caratteristiche merceologiche ed ai requisiti igienici richiesti (merce non corrispondente alle presenti specifiche tecniche per tipologia, pezzatura, modalità di confezionamento, etichettatura, freschezza ecc., quantità non corrispondente rispetto a quanto richiesto, merce mancante) e, in ogni caso, qualora una o più partite di merci vengano dichiarate, per qualsiasi motivo, non accettabili, perché non ritenute conformi alle condizioni contrattuali, l'ente gestore dovrà provvedere al ritiro, senza obiezioni, delle quantità contestate. Sono fatte salve le norme relative all'applicazione delle penali o alla risoluzione del contratto per inadempimento.”<sup>13</sup>

Il testo, che dovrebbe verificare che i servizi erogati soddisfino gli standard di qualità previsti, presenta tuttavia molte criticità. Stando all'esperienza concreta degli operatori, il piano alimentare proposto si discosta dall'alimentazione della maggioranza delle persone accolte. I gestori delle realtà dell'accoglienza a livello territoriale hanno cercato di venire incontro alle esigenze degli ospiti, non senza incorrere in stereotipizzazioni. Alcuni documenti circolati tra enti gestori, ad esempio, citavano una "Alimentazione tipica dei richiedenti asilo", con successivo elenco generico di materie prime. La definizione risulta alquanto arbitraria, in quanto la letteratura mette in luce l'impossibilità di definire nettamente una "alimentazione tipica" (Mata Codesal, 2010; Mata Codesal & Abranches, 2018), men che meno di una categoria così ampia e geograficamente indefinita come quella delle persone richiedenti asilo e rifugiate. In questo scenario, dunque, l'attenzione di Popoli Insieme alle preferenze individuali dei beneficiari dell'accoglienza CAS risulta tutt'altro che scontata. La scelta di Popoli Insieme, infatti, è stata quella di andare più possibile incontro al gusto dei singoli ospiti, che possono scegliere la tipologia di carni, cereali, spezie, verdure e tuberi che si confanno al loro gusto. Tutto questo viene fatto seguendo le linee guida della Prefettura e cercando di stare nei costi che questa copre, pro capite e pro die, per le

---

<sup>13</sup> [https://www.interno.gov.it/sites/default/files/all\\_1-bis\\_specifiche\\_tecniche\\_unita\\_abitative.pdf](https://www.interno.gov.it/sites/default/files/all_1-bis_specifiche_tecniche_unita_abitative.pdf)

persone accolte. Si tratta di un contributo che si è ridotto nel tempo, passando da 35 euro al giorno a circa 25. Queste scelte producono, come è evidente, una corsa al ribasso, a discapito della qualità dell'offerta (Allievi, 2018). Nel 2018, ad esempio, con il decreto-legge 113/2018, poi convertito in legge 132/2018, è rimasto scoperto il servizio di supporto psicologico che era inizialmente previsto nelle strutture di accoglienza, il servizio di supporto legale è sostituito da una semplice informativa legale, l'enfasi sulla mediazione linguistico-culturale è ridotta (Razy et al., 2021)

Queste limitazioni si ripercuotono sulla possibilità di soddisfare le preferenze delle persone accolte nei Centri di Accoglienza Straordinaria. Per quanto sia esplicitato, nel documento, l'invito ad andare incontro ai bisogni delle persone accolte per rispettare abitudini, gusto e tradizioni religiose, ogni realtà è lasciata libera di optare per la modalità di erogazione di beni alimentari che preferisce (Razy et al., 2021), a patto di rispettarne la distribuzione prevista. Alcune cooperative del territorio hanno optato per servizi esterni che consegnano monoporzioni pronte all'uso; altre hanno adottato in passato un servizio mensa che spesso non incontrava il gusto degli accolti. Basandomi sulla mia esperienza dei contesti illustrati, ho motivo di pensare che il malcontento non sia mai generato soltanto dal cibo somministrato ma in generale dalla gestione del percorso di accoglienza e dalla mancanza di fiducia in chi se ne occupa. Molte sono infatti le cooperative che si sono avvicinate al supporto di persone migranti senza una preparazione specifica. Allievi (2018) evidenzia anche la non idoneità delle strutture ricettive ai fini di una buona convivenza con la comunità locale (vedansi i casi di ex caserme e simili). Di fatto, anche l'ultimo Bando della Prefettura fa esplicito riferimento a "Centri collettivi di accoglienza": una modalità di gestione ben distante dall'idea di accoglienza diffusa.

La situazione nella struttura di seconda accoglienza di via Minio, invece, è gestita su base volontaria e non prevede la copertura di spese alimentari. Gli ospiti accolti in via Minio hanno alle spalle un'esperienza come beneficiari di servizi di CAS o SPRAR ma, all'interno della struttura di seconda accoglienza, tutti gestiscono in autonomia la spesa e la preparazione dei pasti. Alcuni ospiti, pur lavorando, si trovano a usufruire della struttura perché non hanno soluzioni alloggiative migliori; altre sono inoccupate o disoccupate. Per queste ragioni comprano i propri alimenti o fanno uso dei servizi offerti dalle Cucine Economiche e Popolari di Padova.

La struttura di seconda accoglienza è aperta dalle 18.00 alle 8.00, permettendo pertanto l'uso della cucina soltanto per il momento del pasto serale. L'eccezione è costituita dai weekend, in cui lo spazio resta aperto durante tutto il giorno, così come nel periodo delle festività natalizie. Durante il periodo di lockdown previsto per contenere la pandemia da Covid-19, il centro di accoglienza è rimasto aperto, autorizzando la permanenza h24 delle persone ivi domiciliate: l'Associazione ha coperto per più mesi la



spesa per il mantenimento di venti persone per non esporle al rischio di contrarre il virus o di essere sanzionati per infrazione dell'isolamento.

Considerata quindi la panoramica generale sull'accoglienza in Italia e nel territorio padovano in particolare, illustrato il contesto in cui l'Associazione Popoli Insieme opera e quello in cui ho avuto modo di operare e gli interlocutori con cui mi sono relazionata, approfondirò nei prossimi capitoli lo stato dell'arte per quanto riguarda il tema delle pratiche alimentari nei contesti di accoglienza (capitolo 1) e la ricerca che ho portato avanti nel contesto padovano (capitolo 2). Nell'ultimo capitolo, confronterò i risultati della ricerca sul campo con quanto già precedentemente osservato in letteratura (capitolo 3) cercando di arrivare ad alcune conclusioni sul tema proposto.

# 1. Lo stato dell'arte

Seppure la letteratura esistente sul tema del cibo da un lato e dei rifugiati dall'altro sia ampia e sviluppata, si rileva (Tuomainen, 2009; Schmidt & Palutan, 2018) che quella che riguarda le pratiche alimentari nei contesti di accoglienza scarseggia.

Studi sul tema del cibo e della migrazione esistono, però non considerano la presenza l'influenza dei dispositivi già menzionati, ossia l'intermediazione di istituzioni e la gestione alimentare da parte di realtà terze (Abbots, 2013; Abbots, 2016; Mata Codesal, 2010; Parasecoli, 2014; Ray, 2004; Sabar & Posner, 2013). Troviamo, infine, un numero molto ristretto di lavori di recente pubblicazione che illustrano esattamente le pratiche alimentari delle persone residenti in centri di accoglienza per rifugiati con un accento sugli aspetti simbolici e relazionali (Baho, 2020; Chaplin, 2019; Vandevordt, 2017; Verdasco, 2022). Questi ultimi sono stati il principale riferimento per il presente studio. Tuttavia, sono risultati fondamentali anche articoli di food anthropology (Klein & Watson, 2016; Studer, 2022), refugees studies (Hynes, 2009; Lewis, 2010; Raghallaigh, 2013), articoli di antropologia (Counihan, 1999), libri di sociologia (Allievi, 2018), ma testi anche di nutrizione e dietetica (Holmboe-Ottesen & Wandel, 2012), educazione alla salute (Todd & Gelbier, 1988) nonché translation studies (Ciribuco, 2020). È forse banale sottolineare che la vastità dei temi che si potrebbero collegare a quello delle pratiche alimentari nelle strutture di accoglienza è tale per cui si è reso necessario circoscrivere il tema a partire dal caso etnografico preso in considerazione.

Con riferimento all'antropologia, la letteratura che tratta gli aspetti del cibo si fonda su pietre miliari come i lavori di Lévi-Strauss (1966, 1968) e Mary Douglas (1972, 1979, 1970/1993), di taglio strutturalista, e di Marvin Harris (1990), che propone una visione basata sul materialismo culturale. Prima ancora di loro, Mintz & Du Bois (2002) citano i lavori di W. R. Smith (1889 in Mintz & Du Bois, 2002), quello di Franz Boas (1921 in Mintz & Du Bois, 2002) sulle ricette Kwakiutl per il salmone, ed evidenziano l'importanza dell'opera di Goody (1982).

Il cibo, influenzando aspetti fondamentali della vita sociale e culturale, è centrale sia nella sfera pubblica che in quella privata ed è quindi possibile definirlo "fatto sociale totale" (Mauss, 1924). Le pratiche legate al momento della preparazione e alla consumazione del pasto emergono infatti da una fitta negoziazione di ruoli e di status. Come sostenuto da Barthes (citato in Counihan 1999), in ogni società le pratiche alimentari recano con sé significati che contribuiscono a rendere evidente una profonda trama di valori condivisi e al contempo a rafforzare l'organizzazione sociale, rendendo evidenti gerarchie e relazioni. Su

questa riflessione si basa la nota frase di Lévi-Strauss contenuta ne “Il totemismo oggi” (*Le totémisme aujourd’hui*, 1962), che ha ispirato il titolo della successiva opera di M.Harris (1990), che definisce come il cibo debba necessariamente essere “Buono da pensare” oltre che da mangiare.

Il cibo veicola contenuti perché fa parte, emerge e si integra in un sistema complesso da cui è inscindibile. È da questo presupposto che si muove anche Mary Douglas, quando indaga l’origine dei tabù e del concetto di purezza legato alla sfera alimentare. Secondo Lévi-Strauss (1966), il cibo si colloca a metà fra natura e cultura in quanto, nell’atto di cucinare, si opera una trasformazione che porta le materie prime a cambiare di status per passare dalla prima alla seconda. Per questa sua natura densa di rimandi, il cibo ha sempre ricoperto un ruolo fondamentale nelle relazioni familiari, amicali, con i defunti, durante la quotidianità così come durante le festività (Scarpi, 2005).

Lévi-Strauss, analizzando l’apparato mitologico e la presenza o assenza di alcuni tratti specifici nei miti, individua proprio in queste narrazioni l’origine di norme e convenzioni sulla masticazione, l’uso delle posate ecc. (Lévi-Strauss 1966, 1971). Identifica, inoltre, una ripartizione possibile del cibo in sei categorie: crudo, cotto, putrido, arrosto, affumicato e bollito.

Seguendo quanto suggerito, ossia che la maniera in cui ci si alimenta sia legata a condizionamenti sociali di vario tipo, Bourdieu (1983, p.56) arriva ad affermare che il gusto -inteso in senso lato- unisce, perché è il frutto dell’interiorizzazione del contesto sociale, economico e culturale in cui si è cresciuti, ma separa anche, in quanto il modo di alimentarsi permette di distinguersi dagli altri. Essendo il gusto un habitus interiorizzato sin dalla più tenera età, viene incorporato al punto tale che addirittura abbandonare la propria classe sociale, secondo l’autore, risulta difficile. Benché Bourdieu non parlasse di gusto soltanto in termini alimentari, la riflessione risulta comunque pertinente anche per quanto riguarda il cibo. Si pensi all’articolo “Negotiating foreign bodies” (Abbots, 2013) in cui si parla di “privileged migrants” in riferimento a coloro che migrano dagli Stati Uniti all’Ecuador in età pensionabile per vivere una vita più semplice, in contatto con la natura, basata su un’alimentazione ritenuta più ecologica, naturale, sostenibile: queste persone si allontanano ma continuano a distinguersi tanto da ciò che fuggono quanto da ciò che incontrano.

Gli aspetti che collegano l’alimentazione alla sfera simbolica sono inscindibilmente legati anche alla memoria, tema caro a Sutton, il quale arriva ad individuare, come punto di incontro fra alimentazione e memoria, la ritualità quotidiana (2001 p.19). La proposta di Sutton è quella di inquadrare la ritualità come attributo aggiunto dell’alimentazione, tanto nei pasti straordinariamente mirati alla celebrazione,

quanto nel quotidiano approvvigionamento di cibo (Sutton, 2001, p.20). Per Sutton, la memoria è qualcosa di fortemente fisico, proprio come lo è l'atto di alimentarsi. La cucina è abilità incarnata, memoria e sensorialità<sup>14</sup>. Questa attenzione alla fisicità porta l'autore a concentrarsi su concetti come le "tecniche del corpo" di M.Mauss (Sutton, 2001 p.360). Sul concetto di incorporazione si sofferma anche Fischler (1988 p.279), che con questo termine si riferisce all'azione con cui il cibo entra concretamente nel nostro corpo, generando quella l'autore che definisce "ansia dell'onnivoro". Tale processo secondo l'autore sarebbe, per l'atto stesso di ingerire ed appropriarsi di qualcosa che è altro da sé, alla base della percezione di sé, della collettività, dell'alterità. Riprendendo elementi già suggeriti da Douglas, Fischler infatti suggerisce l'idea di una traiettoria bidirezionale del cibo: una volta ingerito, ogni alimento entra a far parte del consumatore ma allo stesso tempo lo avvicina al gruppo sociale che ne fa uso (Fischler, 1988, p.281). Il riferimento è alle tassonomie alimentari -a partire dalla definizione di base fra cosa, a parità di commestibilità, è definibile come cibo e cosa non lo è-, al sistema alimentare come facente parte di una cosmologia (Douglas, 1993 p.263) in cui ogni ambiguità è traducibile come impurità contaminata, da evitare. Fischler presenta, a tal proposito, una riflessione (1988 p.282)

*"If we do not know what we eat, how can we know what we are?"*

*"Se non sappiamo cosa mangiamo, come possiamo sapere cosa siamo?"*

Incorporare gli alimenti significa farli diventare parte della nostra sostanza intima. Per questo motivo, sulla linea delle riflessioni di Fischler, si capisce perché il cibo, oltre ai suoi significati personali, familiari e sociali, porti con sé la capacità di definire i confini della propria identità in un contesto che cambia. È per questo che le scelte alimentari sono profondamente legate al desiderio di appartenenza, che sia essa percepita nel presente o ambita nel futuro. A tal proposito Lupton cita Atkinson (Lupton, 1998 p.17) e definisce il cibo come liminale per il fatto che, da sostanza altra, esterna, entra a far parte del sé non appena viene ingerita. Questo concetto è pertinente anche ai fini del presente scritto in quanto traccia l'inizio di una riflessione sul tema del tabù, della purezza, della fiducia in chi somministra sostanze alimentari. Secondo Lupton, soggettività e alimentazione sono strettamente collegate, al punto che ignorare cosa si mangia fa vacillare anche la consapevolezza circa la propria identità.

L'assunto è molto attuale tutt'oggi in quanto, a causa dell'abbondanza sul mercato di cibo industriale altamente processato, è più complicata l'identificazione esatta degli ingredienti.

---

<sup>14</sup> "La cucina come abilità incarnata, memoria e apprendimento sensoriale" (Sutton, 2010 p.360)

Un elemento fondamentale che riprendiamo da Douglas (1979, p.113) è come la dimensione simbolica sia una necessità della relazione sociale: è impossibile, infatti, avere relazioni sociali senza atti simbolici. L'amicizia fra due persone lontane, senza un contatto telematico fra le due, esisterebbe solo nel pensiero delle stesse e quindi non sarebbe realtà sociale senza l'esistenza di atti simbolici a significare l'esistenza della relazione amicale. Anche il cibo, in quanto vettore di relazioni sociali, poggia su una dimensione simbolica. La scelta alimentare non si basa solo su bisogni fisici ma anche sulla società in cui questa ha luogo, rivelandosi quindi come scelta culturale (Douglas, 1979). Per comprendere, quindi, un tabù alimentare è necessario comprendere la società che lo applica e il tessuto economico in cui si inserisce (Douglas, 1979, p.146). Allo stesso modo, per "decifrare" un pasto, per usare un termine caro a Douglas (1972), ossia approfondirne la dimensione simbolica che si cela oltre gli aspetti biologico-nutrizionali e coglierne i riferimenti a schemi valoriali socialmente condivisi nel contesto, è necessario analizzarlo metonimicamente per ritrovare in esso la struttura di base di altri pasti, in un sistema di analogie ripetute.

L'idea di un pasto-sineddoche, che richiama l'eco di altri pasti, si connette al tema della memoria, aspetto fondamentale nel trattare le pratiche alimentari nei contesti di migrazione e che vedrà negli studi di Sutton a Kalymnos uno dei riferimenti principali (2010). Il collegamento fra cibo e memoria non è stato trattato soltanto dall'antropologia ma trova illustri riferimenti anche nella letteratura, basti pensare alle celebri *madeleines* di Proust.

A proporre una lettura alternativa alle scelte e alle interdizioni alimentari è, invece, M. Harris (1990) che dà a queste ultime una spiegazione fisiologica, ambientale e razionale. Harris è infatti sostenitore del materialismo culturale, basato sull'assunto che l'agire umano sia sempre mosso dalla volontà di rispondere a problemi pratici e concreti, spesso di natura biologica e legati alle risorse disponibili nell'ambiente circostante. Proprio per questo, nella sua opera più famosa, "Buono da mangiare", Harris ripercorre i mutamenti del costume alimentare nel corso del tempo, cercando di motivare le differenti abitudini alimentari, a partire non da elementi simbolici ma materiali ed economici, classificabili nei termini di guadagno e perdita: "il cibo deve nutrire lo stomaco collettivo prima di poter alimentare la mentalità collettiva" (Harris, 1990 p.5).

Mintz, invece, richiama il ruolo pionieristico dell'opera di J. Goody, la prima in cui il cibo non è trattato come un elemento a sé stante ma è strettamente legato ad altri aspetti della cultura (Mintz, 1989 p.185). Il lavoro di Goody, nel quale lo stesso si interroga sul perché dell'emersione di una *haute cuisine* in Eurasia e non in Africa, segna infatti un punto di svolta in quanto, con approccio pragmatico, egli cerca

di dimostrare la validità di una lettura in termini simbolici conciliandola con le varianti ambientali, etniche e sociali dell'alimentazione.

Un aspetto che, trattando di cibo, è spesso chiamato in causa, è quello del dono, "fatto sociale totale" per antonomasia (Mauss, 1924). Ci si limita qui a citarlo in quanto principio di reciprocità, che trova nella triade di "dare, ricevere e ricambiare" il suo perno. La sua rilevanza emerge tanto nella letteratura quanto nella ricerca sul campo, in particolare in riferimento al prestigio di oggetti posseduti e donati in relazione con il valore della persona e alla sua caratteristica di rafforzare legami sociali e comunitari. In Abbots (2016), ad esempio, troviamo riferimento a come pacchi di cibo importato possano dare luogo a uno scambio transnazionale in cui le relazioni affettive sono performate e mantenute a distanza. Si tratta di relazioni in cui gli uomini fisicamente assenti sono resi simbolicamente presenti: Abbots definisce questo processo come "perpetual gifting", che innesca un ciclo continuo di debiti e reciprocità che vincolano al contesto di origine (Abbots, 2016, p.129). Anche le rimesse in denaro sono inserite da Abbots in questa cornice.

Counihan (1999), invece, si sofferma sul tema del rifiuto che incrina le relazioni: il dono è alla base del potere e vincola i riceventi ai donatori e il suo rifiuto indica un allontanamento da questo legame di dipendenza. L'autrice trova analogie fra la nutrizione e il dono, riprendendo Mauss. La commensalità e la condivisione di cibo stabiliscono comunione in tutte le società, ragion per cui il rifiuto del cibo e di mangiare con gli altri rappresenta la volontà di interrompere una relazione. Il cibo condivide inoltre con il dono l'aspetto del potere: il cibo dà vita - mangiando si risponde a un bisogno primario - ma l'alimentazione è anche legata alla socialità e la può favorire o, viceversa, ostacolare.

Nel campo circoscritto della migrazione, Mata Codesal & Abranches (2018) analizzano l'importanza dello scambio di pacchi alimentari inviati dalle migranti dell'Ecuador alla loro famiglia. Come le autrici sottolineano, l'universalità del denaro è sostituita con la "tattile particolarità dei beni, concepiti come 'regali' che simboleggiano amore, affezione e generosità personalizzata"<sup>15</sup>. Questi beni trasformano così benefattori distanti in persone presenti e in grado di provvedere ai bisogni ed esercitare influenza sui propri cari. L'aspetto della personalizzazione assicura il vincolo e questo giustifica la tendenza delle donne filippine emigrate ad inviare pacchi alimentari anche se è decisamente più dispendioso rispetto all'invio di denaro finalizzato all'acquisto di quegli stessi beni (Camposano, 2018).

Anche l'articolo di Verdasco (2022) illustra l'importanza del dono ai fini dell'enfatizzazione dell'agentività, raccontando l'episodio danese dei giovani richiedenti asilo che non soltanto lo

---

<sup>15</sup> "Qui l'universalità astratta del denaro è sostituita dalla particolarità tattile dei beni intesi come "doni" che significano amore, affetto e generosità personalizzata." Mata Codesal & Abranches, 2018 p.83

incoraggiano a nutrirsi copiosamente, ma nello specifico a mangiare il pollo che, essendo l'elemento più caro del pasto, è considerato il più prezioso.

Galia Sabar e Rachel Posner (2013) riportano il caso etnografico in cui un interlocutore spiega come la comunità migrante sudanese in Israele consideri importante che sia soltanto una persona a pagare per ogni gruppo di amici, vincolando quindi gli altri a pagare la volta successiva. Sutton (2001, p.160) arriva addirittura a parlare di debito interiorizzato, facendo riferimento al legame incorporato.

Nel trattare il tema dei rifugiati e dei richiedenti asilo, ho deciso di concentrarmi in particolare sulla questione della fiducia. La condizione dei migranti forzati, infatti, non trova una rappresentazione adeguata nelle spiegazioni fornite dalla letteratura citata sino ad ora in merito a interdizioni, contaminazioni, tabù alimentari, seppure l'articolo di Verdasco si avvicini al contesto dell'accoglienza su cui verte questo lavoro. Non si può analizzare in profondità il tema delle pratiche alimentari nei contesti di accoglienza senza soffermarsi sul tema della fiducia, requisito essenziale per chi si trova a dover scegliere se e di cosa nutrirsi in un contesto che spesso conosce soltanto superficialmente e che non corrisponde a quello in cui si è cresciuti.

Ancora prima, però, un approfondimento sul tema della fiducia -o dell'assenza della stessa- si è reso fondamentale a livello metodologico durante la ricerca sul campo per evitare di dare vita a situazioni di ambiguità. Ho infatti adottato il suggerimento di Hynes (2003) di condividere l'andamento del mio lavoro di tesi con gli interlocutori, che lo hanno supportato prestandosi alle interviste e condividendo con me materiale fotografico. La spiegazione delle motivazioni che mi spingono a scrivere la tesi su questo tema ha contribuito a migliorare la relazione fra di noi e a rendere il mio obiettivo un obiettivo comune. Questo esito positivo è tutt'altro che scontato.

La fiducia, infatti, è stata divisa concettualmente in quattro aree: quella sociale, quella politica, quella istituzionale e quella riparativa (Raghallaigh, 2014).

-la fiducia sociale fa riferimento al contesto di accoglienza delle persone rifugiate e alle persone che frequentano, in questo caso, gli spazi domestici

-la fiducia istituzionale fa riferimento al legame con le istituzioni locali che regolamentano aspetti fondamentali anche riguardanti la sfera alimentare nella vita in struttura, come ad esempio la Prefettura e la sua definizione dettagliata dell'alimentazione da fornire

-la fiducia politica fa riferimento al sistema democratico inteso in senso più ampio

-con il termine "fiducia riparativa" si fa riferimento al processo di riacquisizione della fiducia precedentemente persa nei tre casi precedenti.

In ogni caso, per acquisire fiducia è necessario un percorso di avvicinamento bidirezionale (Daniel & Knudsen, citato in Raghallaigh, 2014, p.83). Nella realtà dei fatti, è facile che la diffidenza si insidi tanto a livello sociale, quanto a livello di dispositivi politici e istituzionali (Hynes, 2009).

Abitare un contesto di fiducia nella sua reciprocità è elemento fondamentale per l'home-building (Hage, 2010) che trova nella sfera alimentare una delle modalità di concretizzarsi. Dalla sensazione di "home building" infatti deriva il senso di controllo sulla propria vita, in contrasto con la sensazione di impossibilità di autodeterminarsi che viene spesso collegata ad un'asimmetria di potere e vede le sue ripercussioni anche sulle pratiche alimentari.

Va inoltre tenuto conto del fatto che la fiducia non è universalmente intesa come un valore positivo. Per chi abita lo spazio migratorio, per chi durante il viaggio verso l'Europa è rimasto scottato da truffe e inganni, per chi ha subito persecuzioni e discriminazioni nel paese di origine, la fiducia non è altro che esposizione al rischio (Voutira & Harrel-Bond, citato in Raghallaigh 2014; Chaplin, 2019). La diffidenza, quindi, per molte persone che abitano gli spazi dell'accoglienza è l'unica arma a disposizione per proteggersi dai rischi di una fiducia eccessiva, una sorta di strategia per la sopravvivenza (Raghallaigh, 2014).

In un contesto diverso, di migrazione non forzata, è interessante considerare i "privileged migrants" di (Abbots, 2013): lasciati gli Stati Uniti per l'Ecuador in cerca di una vita semplice e di un cibo genuino, si ritrovano in una realtà difficilmente decifrabile in cui è impossibile indagare l'esatta origine dei prodotti in cui si imbattono per scongiurare l'assenza di potenziale rischio per la salute, finendo per ricorrere al cibo importato. Risulta evidente il distanziamento che si crea fra le aspettative precedenti la mobilità e le pratiche alimentari realmente riscontrate in loco, così come la scoperta da parte dei privileged migrants che, per nutrirsi di "simple food", è necessario ingerire "foreign bodies"<sup>16</sup>, esponendosi al rischio, reale o immaginato, di inghiottire corpi di cui si ignorano origine e composizione. Si genera quindi una situazione paradossale, in cui chi era fuggito dagli Stati Uniti alla ricerca di cibo "sicuro", si ritrova, al contrario, di fronte a un nuovo tipo di rischi, visibili o meno, e molto spesso finisce per vedere nei supermercati l'opzione più rassicurante. Questo caso etnografico è riportato per lasciar intendere che il cibo ha a che fare con la fiducia non soltanto per persone che si trovino in contesti di accoglienza ma, in diversa misura, per chiunque si trovi, in situazioni di mobilità, a rinegoziare elementi identitari, vivendo momenti di difficoltà per motivi legati agli aspetti simbolici derivati dall'ingestione di taluni cibi.

---

<sup>16</sup> Ho deciso di mantenere la forma in inglese citata nell'articolo perché il lettore o la lettrice possano intuire il gioco di parole fra "corpo estraneo" e "straniero"



Diverso è il caso riportato da Chaplin (2019): l'autrice illustra come, in un contesto di diffidenza generalizzata nei confronti dei rifugiati in Regno Unito, sia possibile cambiare la situazione acquisendo una postura di fiducia. Sono passate in rassegna alcune situazioni di *communal eating*, contesto privilegiato sia per gli abitanti locali che per chi conduce ricerca per stabilire legami con i richiedenti asilo. La fiducia ha molto a che vedere con l'identità, sia da un punto di vista alimentare che relazionale: come nutrirsi di qualcosa comporta l'accettazione che quel qualcosa possa fare parte di noi e non sia più "altro" da noi, così riporre fiducia in una persona la avvicina, la sottrae al mare magnum degli sconosciuti. Chaplin riporta che, secondo alcuni studi, chi consuma pasti insieme ad altri mostra una maggiore attitudine a cooperare attivamente insieme a loro (ivi, p.9). Interessante prendere atto che nutrirsi di cibo non appartenente a quelle che sono percepite come le proprie tradizioni è ritenuto dalla cittadinanza locale indagata dall'autrice largamente più accettabile rispetto a indossare abiti legati a tradizioni altre. L'articolo di Chaplin illustra come la postura di fiducia possa essere trasmessa normalizzando le routine, creando un senso di sicurezza, costruendo un panorama emozionale positivo e provvedendo all'avvio di conversazioni accessibili a tutti. Va sempre tenuto in conto, ribadisce l'autrice, che il richiedente asilo ha molto di più da perdere rispetto all'abitante locale.

L'altro concetto di base che sarà tenuto in considerazione, in particolare trattando la coesistenza di elementi apparentemente in contrasto tra di loro nella quotidianità alimentare migrante, è quello illustrato da J. Ferguson (2020). L'autore racconta la mobilità come unica possibilità per sfuggire concretamente all'impossibilità di vivere, nel contesto in cui si è nati, una progressione verso la modernità. La delusione in seguito alla caduta del colonialismo e all'affievolirsi della spinta di ottimismo successiva alle indipendenze ha infatti fatto emergere l'impossibilità di convergenza delle ex colonie con un Occidente che storicamente ha mostrato i frutti di un progresso mostrandone anche l'irraggiungibilità in territorio africano. È così che quello che studiosi ed antropologi concettualizzano come "modernità africana" non è vissuto allo stesso modo dalle stesse persone africane, che cercano altro, ambiscono ad altro, pur mantenendo la sensazione di fondo di essere costantemente relegati ad una seconda classe.

L'avvicinamento di queste due tematiche, il cibo da una parte e la migrazione dall'altra, fa scaturire riflessioni su più fronti. Lo spunto di Abbots (2016, p.117) sul migrante che posiziona il suo senso d'essere e di appartenenza in uno stato di flusso<sup>17</sup>, in balia di influenze plurime e sul cibo che, al contrario, esercita

---

<sup>17</sup> “La migrazione pone il senso dell'essere e dell'appartenenza di un individuo in uno stato di flusso; poiché viene trascinato in molteplici direzioni e sottoposto a una serie di influenze e cambiamenti nella sua vita quotidiana, deve (ri)costruire le

funzione di ancoraggio ed elabora nuove soggettività è senz'altro interessante. Il concetto è ripreso da Parasecoli (2014, p.420) che parla di rafforzamento del senso di appartenenza attraverso l'uso di pratiche e ingredienti ben specifici provenienti dal paese di origine. Secondo Parasecoli, perpetrare queste pratiche nella nazione di arrivo può rivelarsi ambivalente in quanto, se da una parte genera confort, dall'altra facilita da parte della popolazione locale la percezione delle persone straniere come "outsiders". Anche Mintz & Du Bois (2002) parlano di cibo che unisce e cibo che divide, rifacendosi però all'artificialità dei valori associati ad esso: se l'etnicità e la nazionalità sono concetti immaginati, altrettanto lo sono le cucine associate a questi concetti, motivo per cui esternarli contribuisce a garantire loro solidità e coerenza, come illustrato, fra gli altri, da Appadurai.

### **1.1 "Solo calorie"? Valori (non solo) nutrizionali**

Numerosi sono gli studi che, negli anni, hanno preso in considerazione gli aspetti puramente nutrizionali dell'alimentazione delle persone migranti e rifugiate. In particolare, queste analisi si sono concentrate sul cambiamento delle abitudini alimentari in seguito alla mobilità. Vi sono alcuni elementi ricorrenti: emerge trasversalmente un aumento del consumo di carne, snack, cibi processati ad alto contenuto di grassi e bevande zuccherate, una maggiore sedentarietà, un minore uso di frutta e verdura (Abbots, 2016; Burns, 2004; Dharod & al., 2013; Todd & Gelbier, 1998). Holmboe-Ottesen & Wandel (2012), inoltre, menzionano un passaggio dall'uso di cereali integrali a fonti di carboidrati raffinati. C'è chi, infine, pone l'accento sull'aumento del consumo di cibo preparato nei fast-food, considerato "più moderno", (Mycek et al., 2020) con chiare conseguenze dal punto di vista salutistico: dati che meritano attenzione e contestualizzazione.

Lo studio, infatti, fa emergere come i neoarrivati abbiano un'alimentazione mediamente migliore, dal punto di vista dei componenti nutrizionali, di quella dei cittadini americani ma che, con il passare del tempo, aumenti l'uso di alimenti processati da parte loro. L'articolo mette in luce l'inadeguatezza dei percorsi di educazione alimentare per migranti, troppo spesso incapaci di andare incontro alle abitudini, ai valori, alle esigenze e alle pratiche alimentari già esistenti presso le loro comunità, nonché alle necessità economiche di contenere la spesa alimentare. Questo atteggiamento correttivo, quindi, si rivela fallimentare.

---

proprie identità e relazioni. Il cibo, come risulterà evidente, ha dimostrato in diversi contesti etnografici di svolgere un ruolo significativo nell'"ancoraggio" di un migrante, consentendo al contempo la creazione di nuove soggettività e orientamenti." Abbots, 2016 p. 117

Uno dei motivi del cambio di alimentazione è legato al fatto che i partecipanti agli studi hanno riferito la percezione di una minore freschezza degli alimenti consumati nel paese d'arrivo e di una minore trasparenza riguardo il processo di produzione dei cibi. La freschezza, la provenienza, il basso grado di lavorazione industriale e il sapore sono risultati essere gli elementi più presi in considerazione. Un altro elemento che emerge è quello del basso costo della carne e dei costi elevati di frutta e verdura, in particolare nel caso di verdura importata, acquistata nei negozi dedicati a specifiche aree geografiche (Dharod et al., 2013, p.193). Dalla letteratura emerge inoltre la scarsa consapevolezza alimentare degli intervistati che, adusi alla scarsità alimentare, faticano a comprendere come l'abbondanza possa, anch'essa, generare problemi alla salute. Maggior consapevolezza c'è, invece, sul legame fra le sedentarietà e l'acquisizione di peso, legate entrambe a una percezione più negativa del proprio corpo (Tuomainen, 2009). Che, a sua volta, deriva anche dal fatto di ritrovarsi a non lavorare, in una situazione di precarietà esistenziale, come riportato da Todd & Gelbier (1988). L'impatto dell'esperienza della fame sulla memoria e sulle pratiche alimentari emerge, fra l'altro, anche in Sutton (2010, pp. 166-168).

Dharod et al. richiamano l'attenzione all'influenza nella scelta alimentare delle esperienze pre-migratorie, delle credenze e delle culture di provenienza. Ad esempio, si riporta come alcune famiglie di rifugiati considerino i cibi confezionati, le bevande fruttate e la carne come un segno di prosperità e, di conseguenza, questi siano i cibi più ambiti all'arrivo negli Stati Uniti. Più precisamente, Holmboe-Ottesen & Wandel (2012) specificano che, se questa tipologia di alimenti è già ampiamente in uso nel paese di origine ed accessibile a prezzo contenuto, la sua appetibilità nel paese di arrivo sarà ridotta. Al contrario, se il loro prezzo nel paese di origine li connota come prodotti elitari, sarà più facile che, nel cambio della dieta successivo alla migrazione, si tenda ad abusarne.

Non ultimo, ovviamente, emerge l'aspetto economico: è risaputo, infatti, che un'alimentazione salutare spesso richiede, per coprire il fabbisogno calorico, un investimento economico maggiore rispetto ad una dieta basata su cibo di scarso valore nutrizionale.

Se da un lato, come riportato in Mycek et al. (2020), la scarsa trasparenza dell'intero processo di produzione alimentare genera una buona dose di diffidenza, Holmboe-Ottesen & Wandel (2012) riportano un elemento contrastante: la tendenza a percepire la dieta del paese di arrivo come più salutare, lasciando quindi in secondo piano la potenziale nocività degli alimenti ultra-processati. A tal riguardo va di certo considerato che il contesto cambia anche a seconda del posizionamento geografico: bisogna quindi tenere a mente che lo studio di Dharod et al. (2013) si svolge negli Stati Uniti, mentre quello di Holmboe-Ottesen & Wandel (2012), si è sviluppato in Europa, così come quello di Todd & Gelbier (1998).

Tutti questi aspetti sono stati considerati da Satia et al. (citato in Holmboe-Ottesen & Wandel, 2012) nel coniare il termine di “dietary acculturation”, che unisce i fattori socioeconomici, demografici, culturali che influenzano il grado di esposizione alla cultura del paese di arrivo, che a sua volta porta a cambiamenti a livello di preferenze di gusto, aspetti psicologici e quindi a diverse scelte alimentari. Secondo questa chiave di lettura, anche migranti dello stesso gruppo etnico potrebbero collocarsi su piani diversi del processo di acculturazione alimentare. Secondo un altro modello, citato sempre in Holmboe-Ottesen & Wandel (2012), in seguito alla migrazione i primi cambiamenti alimentari si verificano con l’acquisizione degli alimenti accessori del paese di arrivo, inclusi snack e bevande, mentre gli ultimi a cambiare sono i cosiddetti capisaldi alimentari (“staple foods”), generalmente costituiti da carboidrati come grani, cereali, tuberi.

Come accennato, il fenomeno del cambio delle abitudini alimentari va considerato da due punti di vista, come suggerito da Holmboe-Ottesen & Wandel (2012): da un lato, si tratta di un cambiamento che sta avendo luogo su larga scala e che porta verso una sempre maggiore attenzione agli aspetti nutrizionali del cibo e, al contempo, ad un uso sempre più marcato di alimenti processati; dall’altra parte, va considerata l’esperienza migratoria ed i cambiamenti alimentari che da essa derivano, che hanno quindi un impatto più marcato sulle persone che vivono la mobilità e, in maniera indiretta, sulla comunità di provenienza, come suggerito da Bielenin-Lenczowska (2018 p. 132)<sup>18</sup> e Abbots (2016, p.115)<sup>19</sup>. Sempre riguardo a ciò, è da considerare anche la crescente attenzione che le comunità migranti prestano alle etichette nutrizionali, non soltanto nel paese di arrivo ma anche in patria, soprattutto dopo aver passato un periodo lontano da essa, con un conseguente cambio di consuetudini alimentari (Renne, 2008)<sup>20</sup>.

La valenza simbolica, infine, ha senz’altro un ruolo di spicco nelle scelte alimentari e nella percezione che le persone migranti hanno del cibo. Come riportato in Holmboe-Ottesen & Wandel (2012), infatti, è

---

<sup>18</sup> “I migranti di ritorno sono diventati esperti nel campo della nutrizione, della salute e della medicina, soprattutto per quanto riguarda le donne incinte, i bambini piccoli e le persone affette da diabete o ipertensione. Allo stesso tempo, le nuove preferenze alimentari e i relativi discorsi hanno provocato negoziazioni e tensioni nelle relazioni sociali tra le persone che condividono la stessa tavola.”

<sup>19</sup> “In questo modo, mi propongo di chiarire il modo in cui le pratiche alimentari dei migranti sono governate da lontano, così come il modo in cui la migrazione può influenzare e cambiare le pratiche alimentari “a casa”.”

<sup>20</sup> “L’attie’ke Marguerite è un “cous-cous a basso contenuto di grassi” che “costituisce un’eccellente e sana alternativa al riso e alla pasta, per quelli di noi che si preoccupano di ciò che mangiamo”. È anche “facile da preparare e un prodotto naturale, che non contiene coloranti o aromi artificiali”. Allo stesso modo, sulla confezione del Golden Tropics Oatmeal Fufu, un prodotto di recente commercializzazione, si fa riferimento al basso contenuto di colesterolo. Questo richiamo al cibo sano differisce notevolmente dalle preoccupazioni di un acquirente medio dell’Africa occidentale, che si concentra sull’ottenere un buon prezzo per prodotti genuini. Ci sono anche preoccupazioni per la salute, la nutrizione e l’igiene, suggerite dalle elaborate confezioni di snack che forniscono “informazioni nutrizionali” e date di scadenza.” p. 620

frequente che i migranti interpellati ritengano che il cibo del proprio paese sia l'unico in grado di dare piena sazietà.

Se da un lato alcuni autori evidenziano i cambiamenti delle abitudini alimentari dei migranti nel paese di arrivo, arrivando a riflettere sull'impatto del colonialismo sulla percezione e accettazione del cibo europeo (Tuomainen, 2009), Sally Baho (2020) pone l'accento sul concetto di resistenza alla "dietary acculturation": le famiglie di siriani da lei incontrati in California, infatti, proponendo ricette del loro paese di origine, prendono le distanze dall'imposizione di uno schema alimentare che non appartiene loro, dalla rigida tripartizione dei pasti, dalla somministrazione di vivande che, per chi non è in grado di ricollegarle ad un vissuto particolare e non ha sviluppato un particolare gusto nei loro confronti, finiscono per diventare "solo calorie" (Cullen-Dunn, citato in Schmidt & Palutan, 2018).

## **1.2 L'ingrediente mancante: Corpi che imparano, palati che si adattano**

Ingerire solo calorie è impossibile. Nell'atto di alimentarsi, inevitabilmente si negoziano valori, ci si appropria di simboli, si esprime la propria identità che al contempo, altrettanto inevitabilmente, cambia. Allo stesso modo, anche "migrare" non significa mai soltanto spostarsi: al pari di quanto avviene col cibo, nella migrazione entrano in gioco valori, simboli, identità e mutamenti.

Migrare è, infatti, un'esperienza "intensamente incorporata" (Abbots, 2016 p.131) e le esperienze sensoriali del cibo possono trasportare i migranti "a casa". Come ricorda Sutton (2001), analizzando il contesto greco e riprendendo Csordas, l'atto di nutrirsi apre le strade del passato e della memoria perché è esperienza incorporata e sensibile che riguarda il gusto, il tatto e l'odore, ma anche le pratiche, i ritmi e i rituali corporei che collegano alimenti e persone, spazi, eventi.

Ci si alimenta come ci è stato insegnato, ma ognuno si alimenta alla propria maniera, per questo motivo possiamo definire l'alimentazione come habitus, riproduzione creativa di quanto appreso, "struttura strutturata, predisposta a funzionare come struttura strutturante" per dirla con Bourdieu. L'alimentazione dell'essere umano, come ogni altro aspetto della vita, è il risultato di una negoziazione continua con le strutture socio-economiche che lo plasmano: il gusto è socialmente e culturalmente definito, l'uomo prende contatto con il mondo attraverso il proprio corpo e tramite esso ne fa esperienza.

Sebbene molti studi sul cibo si siano concentrati sui suoi aspetti simbolici e rituali, scientifico-nutrizionali o politico-economici, è chiaro che l'aspetto corporeo non può essere accantonato, in quanto è proprio

tramite esso che il cibo è ingerito. L'ingestione muta l'essenza dell'individuo, rendendolo entità in continuo cambiamento, in balia di ciò che l'ambiente circostante offre, esposto al rischio di essere ciò che non desidera essere o all'opportunità di avvicinarsi -tramite ingestione- a ciò a cui tende.

Secondo Abbots (2016), per citare un esempio, l'atto di definire l'identità tramite l'assunzione di cibo è particolarmente chiaro tramite l'invio di alimenti dai paesi d'origine a migranti: condividendo cibo, singoli individui diventano famiglia e mantengono una connessione anche a distanza. In un contesto come quello attuale, in cui la produzione delle materie prime in loco è in calo e l'affidamento al mercato è in crescita, la dialettica tra ricezione e offerta di doni è sempre più svincolata dalla sopravvivenza e, con ciò, viene meno il legame di interdipendenza che un tempo vincolava gli individui (Sutton, 2001). Il dono è sempre più atto simbolico e sempre meno mezzo di sussistenza. Per questo stesso motivo, il rifiuto di nutrirsi del cibo offerto dai familiari è segno esplicito di un allontanamento dai legami simbolici con essi.

La migrazione è un atto fisicamente esperito dalla persona in tutte le sue sfaccettature, compresa quella alimentare. Il corpo si frappone tra sé e il mondo, ponendosi come intermediario principe, elemento pronto a recepire ma anche a creare cambiamento attorno a sé. Abbracciando quest'ottica, è importante non cedere a generalizzazioni e restare consapevoli del carattere corporeo e situazionale di ogni vissuto e conoscenza.

Il corpo è il mezzo con cui il cambiamento e il viaggio sono esperiti, il nuovo contesto è esplorato e fatto proprio e gli alimenti precedentemente sconosciuti si fanno più familiari. Esistono studi che dimostrano come le abitudini alimentari siano fra gli ultimi tratti a cambiare in contesto migratorio (Charon-Cardona, 2004 e Spiro, 1955 citati in Tuomainen, 2009) e, in particolare, la tipologia di piatti che più tendono a permanere nell'alimentazione delle persone migranti sono i piatti tipici dei momenti di festa. Le sfide quotidiane legate al contatto con pratiche alimentari profondamente distanti da quelle note espongono il migrante a continue negoziazioni. Da uno studio sull'emigrazione italiana, ad esempio, emerge la tendenza comune a smussare i confini esatti di ciò che si ritiene "proprio" (Parasecoli, 2014, p.421<sup>21</sup>). Allo stesso modo, i numerosi gruppi etnici presenti in Senegal, in seguito alla migrazione, tendono a fondersi nel paese di arrivo, andando oltre le differenze etnico-religiose per adottare l'ottica più ampia con cui sono visti dagli abitanti del contesto di arrivo, per i quali essi sono soltanto genericamente

---

<sup>21</sup> "Ad esempio, gruppi di immigrati provenienti da diverse parti d'Italia in momenti diversi e con motivazioni diverse, che parlavano dialetti reciprocamente incomprensibili e mangiavano cibi molto diversi, si sono ritrovati a stabilire una nuova identità condivisa come italiani, in parte perché la comunità ospitante li ha raggruppati in un gruppo indifferenziato e in parte perché spesso dividevano quartieri, lavori e una varietà di attività sociali."

“senegalesi” (Gasparetti, 2009). Ne risulta che il miglio è tradizionale, ma che il *thieboudienne* (riso con pesce) lo è ancora di più, anche se il riso proviene prevalentemente dal sud-est asiatico. In una relazione dialettica fra un “noi” immaginato e un “loro” percepito, si va creando un senso di appartenenza ad una comunità sempre più ampia. Oltre a chi si definisce “maliano”, infatti, c’è anche chi si dice più generalmente “africano”, basando questa definizione sul contrasto con ciò che viene percepito come italiano. Questa tendenza è riportata anche da Tuomainen (2009) nel contesto della migrazione ghanese e da Sabar & Posner in quello dei migranti del Corno d’Africa a Tel Aviv (Sabar & Posner, 2013).

L’accettazione di questo allargamento della lente identitaria nella vita quotidiana facilita il percorso di riconoscimento nella società ospitante: il consumo di bevande e cibo senegalese, soprattutto se in contesti come ristoranti africani o alimentari dal sapore familiare, diventa quindi un “marker identitario” che rafforza la consapevolezza della propria identità, costruendo al contempo un’identità che potremmo definire sincretica (Gasparetti, 2009).

Si conferma quindi, per citare Hobsbawm, che la tradizione è un’invenzione e che l’osservazione delle pratiche concrete suggerisce una marcata tendenza all’adattamento, alla negoziazione, alla reinvenzione di pietanze e sapori con alto valore affettivo ma impossibili da reperire, da parte dei migranti, nel paese di arrivo. Questo avviene sostituendo alcuni ingredienti, cambiando gli utensili usati, prendendo in prestito alimenti nel contesto di arrivo, rinunciando consapevolmente ad alcuni elementi del contesto di provenienza che potrebbero esporre al giudizio, come ad esempio la nutrizione senza uso di posate. A questo proposito, Duru (2009) spiega come l’*egusi soup* nigeriana sia stata adattata da un nigeriano in Belgio utilizzando uova e spinaci invece di egusi (semi di melone tritati) e *acquafoiglia* (*waterleaf*) o come il *fufu* cucinato in Belgio preveda la sostituzione delle farine di platano e *igname* con farina di riso e di patate, facilmente reperibili nel mercato belga ma utilizzate in maniera diversa dagli autoctoni. L’esposizione ad ingredienti nuovi facilita l’uso creativo degli stessi, atto a ricreare sapori simili a quelli che si sono lasciati a casa e che si conservano nella memoria. Gli esperimenti di fusione che risultano da questi esperimenti sono numerosi e danno luce a piatti sconosciuti in patria ma accettati nel paese di arrivo come “autentici”. Anche Ray (2004), infatti, evidenzia come alcuni pasti o alcune pratiche alimentari siano destinati a cambiare, considerando il contesto dei migranti bengalesi-americani, mentre altri restano fedeli alla tradizione ed alcuni sono narrati come tradizionali pur trattandosi, di fatto, di invenzioni recenti.

I migranti di cui Duru (2009) riporta mostrano capacità di giungere a compromessi ed aprirsi all’innovazione pur tendendo, di base, al mantenimento dei sapori della tradizione. Riporta casi etnografici su questo tema Verdasco (2022), quando racconta dell’interlocutore che sostituisce l’*injera*,

pane etiope, con un altro tipo di pane, dando prova di agentività e creatività. Mata Codesal (2010) racconta di come, avventurandosi nei piccoli negozi gestiti da persone arabe, i suoi interlocutori ecuadoregni abbiano avuto modo di trovare un formaggio tipico dell'Ecuador, il *quesillo*, a Londra: dalla narrazione emerge come sia spesso una questione di tempo, di rete, di ricerca del cibo di casa, ma anche come, a placare la nostalgia di casa, possa venire in aiuto l'incontro e la condivisione alimentare con altri connazionali, nel tentativo di ricostituirsi come membri esuli di una stessa comunità. Sally Baho (2020), riprendendo gli esempi di adattamento culinario dei ghanesi negli Stati Uniti (Williams-Forson, citata in Baho 2020), riporta di come i rifugiati siriani non abbiano stravolto le proprie routines culinarie ma si siano trovati, ad esempio, a sostituire i latticini di pecora con quelli vaccini, più reperibili, pur di mantenere l'atto di preparare taluni piatti.

“Per gli immigrati e i rifugiati in un nuovo ambiente è necessario un adattamento alimentare. Piuttosto che disperarsi per il fatto di non avere gli stessi ingredienti o semplicemente rinunciare ai piatti che richiedono ingredienti impossibili da trovare, i migranti fanno delle sostituzioni per cucinare i loro piatti base e, per estensione, mantenere la loro identità culturale.” (Baho, 2020, p.63)

Esempi analoghi sono riportati per quanto riguarda il cibo tradizionale dei migranti brasiliani a Barcellona, preparato con ingredienti che sono tutto fuorché brasiliani: gli ingredienti sono sostituiti di quelli che si sarebbero acquistati in patria, ma le tecniche e le pratiche culinarie utilizzate sono mantenute al fine di creare un prodotto “accettabile” per la comunità migrante<sup>22</sup>. Anche Renne (2008) riporta come le donne migranti provenienti dall'Africa Occidentale, se coinvolte nella preparazione di cibo per grandi gruppi, facciano spesso ricorso ad ingredienti processati che, seppure lontani rispetto ai metodi di preparazione legati alla tradizione, lasciano comunque l'opportunità di performare le pratiche alimentari del proprio paese. Ancora una volta, come evidenziato anche da Verdasco (2022) e Sabar & Posner (2013), siamo di fronte ad una memoria fisica, corporea, ancor prima che sensoriale: il gusto è subordinato all'atto fisico di preparare una pietanza che si porta dentro. Per questo motivo parliamo di pratiche culinarie come qualcosa di incorporato che, nel percorso migratorio, acquisisce un'importanza

---

<sup>22</sup> “Sullo stesso punto, Ceccucchi (2014) osserva che il "cibo brasiliano" consumato dai migranti brasiliani a Barcellona è spesso preparato con ingredienti non originari del Paese e, anzi, prodotti localmente (o prodotti altrove ma acquistati in loco). Questi ingredienti agiscono come sostituti, con l'obiettivo di riprodurre il più fedelmente possibile il gusto della versione autentica, e sono cucinati con tecniche che la comunità migrante riconosce come tradizionali nella propria cultura alimentare. In questo modo, vediamo che le pratiche culinarie vengono mantenute dove necessario, anche quando alcuni componenti sono introvabili, e che i nuovi prodotti vengono adattati per creare un risultato "sopportabile" o "accettabile", sia per i singoli migranti che, soprattutto, per la comunità migrante in generale.” F. Xavier Medina and José A. Vázquez-Medina, 2018, p.200



fondamentale per la maggioranza delle persone con cui gli autori e le autrici degli scritti presi in considerazione si sono relazionati. Per questo motivo si può ritenere che le pratiche alimentari siano dimostrazione dell'agency della persona migrante nella creazione di piatti ibridi (Renne 2008), ma anche nel reperire gli ingredienti necessari o i loro sostituti più adatti nel panorama di una città poco nota (Frost, citato in Abbots 2016). Citando De Certeau (2001), si può definire come "tattica" questo modo di agire.

Bielenin-Lenczowska (2018) parla di come il sapere e le competenze culinarie di provenienza di alcune donne macedoni siano applicate in territorio italiano a nuovi prodotti, generando piatti come gli "spaghetti con ajvar".

Le norme sono vissute, esperite, abitate, incorporate. Le tradizioni non esistono: esiste il senso che si è conferito loro, quello che si conferisce nel momento in cui qualsiasi cibo è preparato a partire dalla ricostruzione della memoria di quella pietanza. Come suggerisce la stessa Verdasco (2022), non si tratta di sovversione, ma di modi altri per abitare e vivere le norme.

Vi sono, a dettare questi cambiamenti, anche vincoli di spazio ed economici: molti migranti vivono in strutture di limitata grandezza e questo ostacola la condivisione di cibo nello spazio domestico (Sabar & Posner, 2013). La necessità di lavorare, inoltre, porta ad adeguarsi a tempi serrati, consumare i pasti individualmente e collocare in bar e fast-food lo "spazio della socialità".

In questa cornice, i migranti non sono soltanto mittenti o destinatari di beni in viaggio, ma ricoprono un nuovo ruolo sociale: quello di agenti di trasmissione internazionale di informazioni culinarie provenienti da altrove e propagatori itineranti della propria cultura alimentare (Xavier Medina & Vázquez-Medina 2018, p.192).

Oltre alle sostituzioni di ingredienti difficilmente reperibili, l'altro punto critico è il difficile monitoraggio della filiera di produzione delle materie prime. Molti piatti, infatti, differiscono poco da quelli prodotti nel paese di origine, ma il metodo di preparazione, il coinvolgimento personale e i significati che scaturiscono dallo sforzo fisico nella produzione influiscono sul modo in cui viene percepito il risultato finale:

"Rispetto alle case che ricordavano, l'ingrediente mancante era il legame con la terra, la partecipazione attiva alla coltivazione, alla lavorazione e alla raccolta." (Sabar & Posner, 2013 p.208)

Resta tuttavia necessario evitare un'analisi dicotomica che contrappone rigidamente il "food from here" e il "food from there": non esistono identità statiche e immobili, né una linea di demarcazione fra il cibo tradizionale e quello ibrido nel contesto di accoglienza delle persone migranti (Abbots, 2016)

Un aspetto particolarmente interessante dell'adattamento alimentare dei migranti nel paese di arrivo e della negoziazione di valori sottesi è quello del cibo halal. Il termine "halal" in arabo significa "lecito" ed indica tutti i cibi che, stando all'insegnamento coranico, è permesso mangiare e si oppone al termine "haram", che indica ciò che è illecito, proibito. Data la numerosità delle interpretazioni che si sono date alle sacre scritture, anche nelle pratiche alimentari esistono numerose differenze. Come evidenzia Gillette (2016), il mese di Ramadan è l'unica prescrizione esplicita. Ciò che per alcuni è *halal*, per altri potrebbe essere *haram*. Sebbene la carne di maiale sia evitata dalla maggioranza dei musulmani, varia, tuttavia, il livello di aderenza alle prescrizioni. Soprattutto in contesto migratorio, si riscontrano difficoltà nell'appurare la categoria di appartenenza di un cibo. Questo ha generato il fenomeno che Fischer ha chiamato "halalization" (Fischer, citato in Gillette, 2016), ossia l'applicazione del concetto di liceità a nuovi alimenti. Il fenomeno risulta strettamente legato alla delocalizzazione delle pratiche alimentari islamiche verso aree in cui l'islam è religione delle minoranze, quindi meno considerata. Se il livello di attenzione nei confronti dell'appartenenza o meno alla categoria di halal è soggettiva, così come la fiducia nelle istituzioni che assegnano il marchio, la certificazione "halal" risponde al bisogno di inquadrare con semplicità un cibo il cui processo di produzione non è stato osservato dal consumatore. Anche l'uso dell'alcool nella produzione di cibo industriale è un tema che divide la comunità islamica. L'attenzione alla certificazione halal porta ad approcciarsi in maniera diversa all'alimentazione nel paese ospitante, complicando per alcuni l'approvvigionamento di carne, acquistata perlopiù in negozi gestiti da persone di fede islamica.

### **1.3 In the absence of women?**

Parlando di adattamento delle pratiche alimentari nel contesto migratorio, è impossibile non fare riferimento ai ruoli di genere. Tanto dalla letteratura esistente quanto dall'esperienza etnografica che mi ha coinvolto in prima persona, infatti, emerge che la maniera in cui il ruolo di genere è performato nel contesto di arrivo è il risultato di una negoziazione continua e non scontata.

La geografa Maria Christie ha focalizzato l'attenzione sugli aspetti spaziali dell'identità di genere ed ha coniato nel 2008 il concetto di "kitchenspace", definito come spazio di riproduzione sociale e culturale

privilegiato e legato al genere, nel quale il rapporto della società con la natura è inscritto negli schemi della vita quotidiana e nelle celebrazioni rituali (Christie, citata in Wooten, 2022)<sup>23</sup>

Il cibo risulta essere uno dei meccanismi chiave attraverso cui il genere è essenzializzato e reso concreto (Abbots 2016, p.123). Se da un lato sono molti gli autori che evidenziano il legame, in molte società, delle donne con lo spazio della cucina (Camposano, 2018; Wooten, 2022), di cui sono definite “custodi” (“gatekeepers”, Chaplin, 2019 p.9), alcuni studi hanno preso in considerazione la ridefinizione di questo spazio in seguito alla migrazione e dell’atto di cucinare in assenza delle donne. La migrazione, infatti, smussa i vincoli legati al genere e alla cucina, lasciando che ogni uomo che migra possa esprimersi più liberamente negli spazi adibiti alla preparazione di cibo (Sabar & Posner, 2013). Nei paesi di provenienza di molte persone migranti, parallelamente, assistiamo ad un miglioramento della qualità di vita, dovuto anche alle rimesse in denaro, che rende possibile l’introduzione di collaboratori familiari salariati nei nuclei più abbienti. Ciò ha generato l’allontanamento di alcune donne dal “kitchenspace” e ha dato vita a nuove gerarchie e pratiche alimentari, che nonostante ciò restano comunque fondamentalmente legate al genere (Abbots, 2012).

Capovolgendo il titolo dell’articolo di Abbots, “In the Absence of Men?”, potremmo azzardare una riflessione parallela e contraria focalizzandoci non su ciò che avviene nei paesi di origine, compresa la redistribuzione del potere nel contesto domestico in seguito all’emigrazione degli uomini, ma su ciò che avviene nei paesi di arrivo dei migranti in assenza delle donne.

In entrambi i casi, infatti, assistiamo ad una riorganizzazione dell’ambiente domestico, un riallineamento su criteri diversi dei ruoli di genere ed emerge come l’intersezione fra migrazione, genere, entrate economiche e lavoro porti ad un cambiamento in più contesti e su più livelli. In particolare, Abbots fa leva sulla presenza simbolica degli uomini negli spazi che hanno lasciato. Nello specifico, relativizza quelli che vengono letti come processi di ristrutturazione dei ruoli di genere nel paese di provenienza, per portare l’attenzione al ruolo che comunque ricopre l’uomo, tramite le rimesse inviate per coprire il salario dei lavoratori domestici a supporto delle proprie mogli.

Su un aspetto simile, che lega i migranti e chi resta a casa, si sono soffermate Mata Codesal & Abranches (2018), che hanno curato un volume che contiene gli interventi di numerosi autori sul tema dell’invio di cibo da parte di persone migranti in più contesti, inclusi l’Ecuador e la Guinea, ma anche il contesto filippino con i pacchi denominati “balik-bayan”.

---

<sup>23</sup> [...] “un luogo di riproduzione sociale e culturale privilegiato e relativo al genere, in cui il rapporto della società con la natura è inscritto nei modelli della vita quotidiana e nelle celebrazioni rituali” (Wooten, 2023 p.3)

L'aspetto performativo del genere emerge anche nell'interdizione, presente in alcune società, di consumare il cibo insieme a persone dell'altro sesso (Mauriello & Cottino, 2022): spesso, infatti, l'atto di nutrirsi è assimilato a quello sessuale. In più spazi e luoghi sono esistiti, e continuano ad esistere, cibi per uomini e cibi per donne. Il rispetto di questa ripartizione garantisce le qualità identitarie di chi li consuma, evidenziando come il genere sia configurabile come costruito sociale. Si prenda ad esempio il cibo piccante, considerato sinonimo di virilità nel Maghreb (Studer, 2022).

Trattando i ruoli di genere in cucina, Counihan ritiene sia possibile, tramite le pratiche alimentari, accorgersi del potere detenuto da chi cucina su chi non cucina: cucinare è un atto "per" donne che "crea" l'identità delle donne, mentre non cucinare è un elemento "per" uomini che "crea" l'identità maschile. Ancora una volta, emerge che il genere è performato (Counihan, citata in Wooten, 2022) secondo precisi processi antropopietici (Forni, Pennacini, Pussetti, 2006), a loro volta distinguibili in andropopoesi nel caso ci si riferisca a maschi e ginecopoliesi nel caso si parli di femmine. Questi processi agiscono costantemente sui corpi, le concezioni e le relazioni sociali della persona, tramite azioni rituali e educazione continuativa. L'aspetto di potere ma anche di cura legato al cibo e alla migrazione emerge anche nella tesi di Strathern (citato in Abbots 2016 p. 125<sup>24</sup>), che evidenzia come a Vanuatu l'indebolimento dei corpi degli uomini emigrati sia ricondotto all'assunzione di cibo "altro" rispetto a quello della propria tradizione. Per questo motivo, è importante che le donne riempiano i corpi dei propri mariti con cibo autoctono spedito in pacchi.

Pur considerando questi elementi di mantenimento di alcuni costrutti, inevitabilmente la migrazione si pone come fattore di dinamicità rispetto al legame fra alimentazione ed identità: essendo il cibo essenziale per la vita, porta l'individuo a cambiare le proprie abitudini per facilitare il suo reperimento e consumo e ad incorporare questo cambiamento. (Sabar & Posner, 2013).

Nel suo studio sull'invio di pacchi alimentari scambiati da migranti dell'Ecuador in Spagna, a New York e a Santander, Mata Codesal richiama l'importanza di considerare tutti i fattori ambientali durante la ricerca sul campo:<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> "Le donne, in quanto tali, diventano le custodi della cultura. Basandosi sull'etnografia di Jolly, situata in un villaggio kastom nella penisola di Vanuatu, Strathern esplora come le abitudini alimentari in questo contesto siano sia relative al genere che legate allo status sociale, con l'igname associato alla mascolinità. La migrazione maschile viene di conseguenza intesa come un indebolimento del corpo degli uomini che, invece di ingerire igname, consumano cibi "stranieri": riso, pesce in scatola e carne in scatola. Tuttavia, questo indebolimento, spiega Strathern, può essere compensato durante il periodo di raccolta dell'igname"

<sup>25</sup> "Il mio intento, nel tratteggiare le tre vignette riguardanti le pratiche alimentari dei migranti ecuadoriani in tre diversi luoghi di permanenza, è quello di evidenziare come i migranti e le loro famiglie siano condizionati da variabili strutturali sulle quali non hanno alcun controllo. Il loro status giuridico è probabilmente quello con le conseguenze più gravi. La presenza di reti transnazionali ben consolidate è un'altra. Tuttavia, i migranti e le loro famiglie sono agenti attivi. Sviluppano comportamenti strategici in campo alimentare per aggirare o adattarsi meglio ai vincoli strutturali imposti loro dalle caratteristiche dei luoghi di origine e di residenza. Il ruolo dei non migranti è essenziale per la creazione di un contesto

“Parlare di cibo in contesti di migrazione è una definizione troppo ampia. Deve essere "localizzato", in quanto ogni scenario migratorio consente e incoraggia o ostacola lo sviluppo di un paesaggio alimentare specifico.” (Mata Codesal, 2010, p.9)

Risulta, infatti, che a New York, a differenza degli altri due contesti, molti dei migranti intervistati siano uomini che vivono soli, in appartamenti piccoli, obbligati a provvedere da sé sia alla cucina che agli altri compiti domestici, compresa la spesa. Queste persone ammettono di preferire la preparazione di cibo semplice e in grado di riempire e fornire le forze per lavorare. Alcuni di loro hanno acquisito competenze culinarie di base durante periodi di lavoro lontano da casa, nelle piantagioni di banane. Tutte le donne, quando interpellate circa l'alimentazione dei propri mariti a New York, fanno riferimento al riso con pollo: economico, semplice da cucinare e vicino alla dieta ecuadoregna.

In altre situazioni, le competenze vanno create ex novo, con una buona dose di immaginazione. Verdasco, per esempio, approfondisce l'esperienza di giovani ragazzi rifugiati, per i quali, fino all'arrivo al centro di accoglienza di Birkelunde, cucinare era un atto ignoto (Verdasco, 2022). La vita comunitaria, nel loro caso, ha richiesto una ragionevole dose di creatività e improvvisazione ai fornelli, in assenza di un riferimento nitido. I ragazzi hanno mostrato di usare spesso YouTube per imparare a cucinare. Proprio l'assenza di riferimenti culinari ha permesso di riconfigurare i ruoli di genere (Abbots, 2016) dei ragazzi, che mutavano col crescere del tempo investito ai fornelli e la dimestichezza nel cucinare nonostante nel loro paese di provenienza fare da mangiare fosse un atto riservato alle donne. Nell'articolo di Verdasco (2022), così come in quello di Sabar & Posner (2013), è visibile la negoziazione delle identità nel contesto della migrazione forzata.

La migrazione forzata, tuttavia, non risulta essere l'unico elemento che porta gli uomini a cambiare le proprie pratiche alimentari. È interessante, in questo senso, analizzare l'etnografia digitale di Hayar, Audrey etc (Zirari et al., 2022) sugli uomini marocchini che, confinati da soli a casa durante il lockdown del 2020 dovuto alla pandemia da Covid-19, si sono dovuti organizzare per cucinare per se stessi, facendo ricorso ai social media per trovare mutuo supporto e condividere esperienze. Molti di loro hanno iniziato a panificare, altri hanno lanciato sfide per superare le donne in cucina. La spinta principale è data dal fatto che il pane è un alimento base nell'alimentazione del Maghreb: la volontà di approvvigionamento ha superato, in questi casi, il vincolo legato al ruolo di genere.

---

transnazionale (in questo caso in relazione alle pratiche alimentari), quindi dovrebbe essere preso in considerazione in qualsiasi ricerca che si occupi di pratiche transnazionali.” Mata Codesal, 2010, p.9

Vediamo, quindi, che non soltanto la migrazione ma anche i social media e, in generale, gli aspetti legati al digitale hanno un ruolo chiave nella rinegoziazione dei ruoli di genere. D'altronde, è innegabile che sia la mobilità che la digitalizzazione aprano al confronto con più contesti sociali e con modelli altri.

#### 1.4 Digital Foodscapes

L'aspetto della convivialità digitale correlata all'alimentazione è stato ampiamente trattato in letteratura: si è parlato di Digital food culture (Lupton, 2016; Feldman & Goodman, 2021), di digital commensality (Lupton, 1996), di digital foodscapes (Goodman & Jaworska, 2020). Come specificato in Spence et al. (2019), però, questi studi hanno il limite di considerare primariamente adulti occidentali con un ragionevole accesso alle tecnologie digitali<sup>26</sup>.

Ciononostante, alcuni degli aspetti si ritrovano anche in contesti di mobilità: il contributo del digitale nella strutturazione dei concetti di identità, relazioni sociali, incorporazione (Lupton, 2016), la performatività dei social media come espressione della propria appartenenza culturale e affermazione della propria individualità, con tutti i limiti derivanti dall'applicazione assoluta di questi concetti in maniera storica. Come emerso nei paragrafi precedenti, è importante contestualizzare i dati che emergono dalla letteratura esistente. Quando si parla di Mukbang, skeating (Spence et al., 2019) foodies (Goodman & Jaworska, 2020), app contacalorie, foodporn e foodactivism (Lupton, 2016), infatti, si è lontani dai temi che plasmano la triangolazione fra migranti forzati, cibo e strumenti di comunicazione digitale. Goodman parla addirittura di "grammatiche alimentari" ("food grammars") e spiega come quella adottata dai digital food influencers sia spesso la reificazione di un "white, hetero-normative, middle and upper-class privilege" (Goodman & Jaworska, 2020, p.191) e ricorda che il potere quotidiano della cultura alimentare nel digitale è intimamente connesso con le disuguaglianze sociali. Se da un lato è necessario riconoscere come ogni angolo del pianeta sia oggi impregnato di alcuni aspetti di cultura globale, è anche vero che non si può tralasciare la maniera in cui questi elementi di globalità sono declinati diversamente nei differenti contesti.

---

<sup>26</sup> "L'attenzione è rivolta principalmente agli adulti occidentali con un ragionevole accesso e familiarità con le tecnologie digitali." Spence et al., 2019, p.1

## 1.5 Il cibo come arma dei deboli: l'agentività della cucina

*“Fu un momento decisivo: la sensazione simultanea di alterità e somiglianza, il disagio di non sapere se ospitavo o venivo ospitata e il sollievo di trovare uno spazio comune a tavola, di capire il potenziale egualitario dell'atto di spezzare il pane con degli sconosciuti.”*

P. Basil

*Elogio dell'ospitalità. Riflessioni sul cibo e sul significato della generosità*

La malattia è stata definita da Scott come “arma dei deboli” ma, a pensarci, anche del cibo può essere detto qualcosa di analogo. Strumento di manifestazione del potere da un lato, il cibo è anche strumento per ricucire vite frammentate (Camposano, 2018; Mescoli, 2015) e definire spazi ed esperienze che possono essere condivise con gli altri stabilendo in prima persona le regole da applicare, potenziando quindi il senso di controllo (Parasecoli, 2014). Avendo già analizzato il cibo come espressione di potere vediamo che, se messo nelle mani di categorie subalterne, esso può fungere da strumento di espressione e rappresentazione di sé e del senso di appartenenza sociale. Se è vero che il livello di integrazione o la disponibilità ad integrarsi in una società sono spesso valutati sulla base dell'acculturazione alimentare nel contesto migratorio, vale a dire l'abbandono o la trasformazione di alcune pratiche alimentari a favore dell'adesione alle consuetudini locali (Mescoli, 2015), per quanto questo criterio possa essere non ottimale, vale la pena soffermarsi sugli studi che considerano i casi in cui i fatti hanno dimostrato una resistenza attiva a questo paradigma. Consideriamo l'analisi di L.Chaplin (2019), secondo cui mangiare assieme lo stesso cibo è un potente simbolo di uguaglianza, ma anche quella di Vandevordt secondo cui dare l'opportunità ai rifugiati di offrire cibo e bevande apre la strada a “temporanee sovversioni dell'ordine sociale” (“*temporary subversions of the social order*”, in Vandevordt, 2017, p.609). L'autore, analizzando un gruppo di rifugiati siriani in Belgio e il modo in cui costruiscono “*bubbles of homeliness amidst a hostile environment*” (ivi, p.611) attraverso la condivisione di momenti di ospitalità, condanna invece l'approccio assistenzialistico del sistema belga in cui la fornitura di vitto e alloggio produce uno stato di dipendenza di fatto dall'apparato istituzionale. In questa condizione, soltanto l'atto sovversivo di capovolgere i ruoli sociali apparenti, di offrire nutrimento invece di limitarsi a riceverlo passivamente, permette ai rifugiati di “riprendere spazio” in maniera sia concreta che figurata. Sebbene Vandevordt condivida di aver notato la rilevanza particolare che i siriani conferiscono alla sfera culinaria, possiamo

dire che anche in altri studi sono emersi elementi simili. Nel lavoro di Chaplin (2019), troviamo interlocutori appartenenti a sei nazionalità diverse, eppure sono gli stessi punti ad emergere: l'asimmetria di potere fra richiedenti asilo e abitanti locali, la possibilità di reclamare autonomia offrendo ospitalità. Anche la recente analisi di Verdasco (2022) in un centro danese per minori provenienti da più paesi evidenzia aspetti analoghi: sviluppando l'analisi a partire dal pocket money, Verdasco ne traccia la trasformazione in ingredienti e, tramite la preparazione e la cottura, in piatti che gli vengono offerti, delineando il passaggio dalla sterilità e dalla materialità del denaro alla negoziazione di un senso di continuità e normalità su cui costruire relazioni sociali tramite la condivisione di cibo. L'articolo di Lewis (2010) sui momenti di convivialità con rifugiati lancia la proposta di incentivare momenti di condivisione per migranti forzati e abitanti locali, in modo tale da facilitare lo scambio interculturale spontaneo. Lo studio di Tuomainen (2009), a cavallo fra situazioni domestiche, ristoranti e alimentari dal sapore familiare, analizza la crescente influenza del postcolonialismo nelle pratiche alimentari, sottolineando la maggiore fiducia in sé che i ghanesi a Londra mostrano, indossando con più serenità il loro "attire" e facendo un uso più consapevole del loro cibo. Tutto questo rende condivisibile l'articolo del 1992 di Wilson che, benché le migrazioni forzate avessero numeri diversi e avvenissero in un panorama geopolitico distante da quello odierno, pone in luce l'importanza di lasciare ai rifugiati la possibilità di reperire il proprio cibo fornendo sussidio economico anziché alimentare (Wilson, 1992). Questo, al contrario della fornitura diretta di cibo, porta a rendere i migranti degli agenti economici e a soddisfare meglio i loro bisogni.

"Questa concezione errata dei rifugiati come destinatari dipendenti e passivi ha portato ad atteggiamenti inappropriati riguardo alla loro assistenza. Uno di questi è che la composizione dell'aiuto alimentare è progettata e valutata esclusivamente sulla base della sua adeguatezza a soddisfare i bisogni fisiologici, indipendentemente da ciò che i rifugiati possono fornire e stanno fornendo da soli. Questo porta a un paradosso per cui la maggior parte dei rifugiati sopravvive nonostante la fornitura di razioni inadeguate. In realtà, le situazioni in cui i rifugiati soffrono più drammaticamente non sono quelle in cui viene fornito un aiuto inferiore alla media, ma quelle in cui le loro stesse strategie di sopravvivenza sono state particolarmente ridotte." (Wilson, 1992, p. 226)

L'intuizione di Wilson non fa quindi riferimento all'importanza simbolica della memoria che il cibo può evocare, o almeno non direttamente, ma preme soprattutto sul ruolo fondamentale dell'agentività dei migranti forzati che, se privati della possibilità di provvedere ai propri bisogni primari, cedono a



sofferenza e passività. Sebbene Wilson faccia riferimento ad un contesto datato e geograficamente lontano e non a contesti diversamente strutturati in Europa come quello analizzato nel mio studio, risulta interessante vedere come la tematica sia tutt'altro che nuova in letteratura eppure ancora attuale.

### **1.6 Piantare o acquistare? Fra esperienze di orto sociale e negozi dal sapore familiare**

Favorire l'autodeterminazione anche da un punto di vista alimentare è quindi un passaggio fondamentale per garantire a richiedenti asilo e rifugiati la possibilità di sviluppare un sentimento di fiducia nei confronti della comunità ospitante. Per facilitare questo processo, un ruolo di rilievo lo svolgono i momenti di condivisione e convivialità proposti sul territorio (Mescoli, 2015). Questi eventi non si limitano a una riproduzione distante delle forme culturali del paese di provenienza o di quello di arrivo, ma contengono elementi "both of homely familiarity and strange novelty" (Lewis, 2010, p.585): sia i rifugiati che gli abitanti locali sono chiamati a negoziare i loro significati per crearne di nuovi, in un adattamento che avanza in maniera bidirezionale, al di là dei concetti di "qui" e "là", "noi" e "loro".

Per facilitare la creazione di un legame di fiducia reciproca e di un rapporto simmetrico, Ciribuco (2020) fa riferimento all'importanza di ricreare quelli che Bhabha definì "third spaces".

Partendo dall'analisi del linguaggio, l'autore evidenzia come le pratiche legate all'agricoltura possano risultare utili nel fornire ai richiedenti asilo accolti dall'associazione perugina Tamat, tramite un Urban Agricultural Lab, uno strumento per diffondere la conoscenza del proprio cibo, come ad esempio l'okra. Secondo l'autore, la traducibilità dei riferimenti culinari nel contesto di arrivo è un punto cardine nella creazione di un contesto di accoglienza inclusivo.

"Il cibo (e i modi di mangiare) è solo un esempio di intraducibilità nell'esperienza dei richiedenti asilo, ma è particolarmente rilevante. Il cibo comprende il linguistico e il non linguistico, è localizzato nello spazio e allo stesso tempo altamente mobile. Soprattutto, il cibo ha il potenziale per diventare un mezzo di inclusione e di esclusione dei nuovi arrivati in una società." Ciribuco, 2020, p.112

Di parere simile è anche l'articolo "Connecting with a New Country through Community Food Gardening" (Harris et al., 2014), che dimostra come il legame dei migranti forzati con il territorio di arrivo si può creare anche tramite il coinvolgimento in attività di orto sociale. In Africa, riporta uno degli interlocutori citati, sono i cittadini ad avere l'orto, non gli stranieri. Praticare attività di orto sociale nel paese di arrivo facilita quindi la tessitura di una rete di legami sociali e la creazione di una "continuità bibliografica" (ivi).

L'orto diventa un luogo in cui mettere in pratica competenze e abilità acquisite nel paese di provenienza, valorizzato e celebrato tramite l'incorporazione di quanto vissuto. Lo spazio della coltivazione si fa quindi spazio di connessione oltre la transizione geografica. Non ultimo, l'articolo evidenzia il supporto economico che un orto sociale può fornire a migranti, soprattutto se finalizzato a sostituire l'acquisto di verdure di importazione acquistate presso dispendiosi alimentari di prodotti importati. In questo caso, la condivisione dei prodotti con la comunità è un modo per costruirsi uno status sociale sul territorio.

Per coloro che non hanno a disposizione uno spazio dove crescere piante legate al proprio paese di origine, invece, il modo principale per reperire alimenti poco usati nel paese ospitante sono i cosiddetti "African shops" o "negozi etnici" che, nel contesto di questo lavoro, ho scelto di definire "alimentari dal sapore familiare" per evitare il ricordo ad una definizione etnocentrica. Di questi luoghi hanno scritto in molti (Renne, 2008; Mankekar, 2005; Gasparetti, 2009; Parasecoli, 2014; Sabar & Posner, 2013), domandandosi il perché di un legame così profondo dei migranti con questi posti.

Parasecoli (2014), ad esempio, riporta come la frequentazione di negozi dal sapore familiare, nonostante questi siano ben più cari di altri, sia legata ad una scarsa familiarità con i prodotti locali americani. Secondo Sabar & Posner (2013), invece, è collegata all'esperienza olistica che si realizza negli alimentari dal sapore familiare e ai riferimenti simbolici che ci si incontrano. Duru (2009) si sofferma sul fatto che spesso negli African Shops siano presenti marchi diversi da quelli che si trovano altrove e su come vedere generi alimentari locali in alimentari dal sapore familiare dia la possibilità ai clienti di evitare di andare al supermercato per uno o due ingredienti, ottimizzando i tempi ed evitando spostamenti inutili. Sempre Duru riflette sull'aggettivo "African" legato agli alimentari e su come, sebbene inizialmente attribuito dalla popolazione locale, belga nel suo caso, sia oggi usato anche per autodefinirsi dalla popolazione migrante. Qualcosa di analogo è stato notato anche da Mankekar (2005), che spiega come nei negozi di alimentari dal sapore familiare abbiano luogo continue negoziazioni su cosa significhi "India". Gli "Indian grocery" di Mankekar sono spazi di convergenza di persone in movimento<sup>27</sup> che conferiscono alla comunità indiana la possibilità di plasmare una propria identità comunitaria. Non solo: diventano crogiolo di diverse appartenenze che si incrociano, spazio in cui i gestori applicano, per avvicinare migranti di varia provenienza e ricreare in ognuno di loro un senso di familiarità, diverse tecniche di marketing che si inseriscono in una panoramica più ampia di richiami ad un'"imaginary homeland" (S.Rushdie citato in Mankekar, 2005): marche dai nomi evocativi, opportunità di scambio sociale opportunamente ricreate nei negozi, il legame implicito ma tangibile fra cibo e memoria della diaspora.

---

<sup>27</sup> "I negozi di alimentari indiani sono luoghi in cui convergono persone e oggetti in movimento." Mankekar, 2005, p.77

La memoria nostalgica, come vedremo, è infatti fondamentale nella semiotica del cibo per persone con trascorso migratorio (Hage, 2010, Sutton, 2001). A livello simbolico, elementi sensoriali come l'odore di spezie e il chiacchiericcio ad alta voce ricoprono un ruolo fondamentale. Al contempo, pone in evidenza Mankekar, gli alimentari indiani -e lo spazio sociale che creano- non soltanto amplificano alcuni valori e gerarchie ricreando familiarità, ma producono nuove relazioni di potere sull'asse del genere, della parentela, della comunità e della razza (Mankenar, 2005).

Dello stesso parere è Renne (2008), che individua nel ruolo degli alimentari, che permettono la riproduzione delle relazioni sociali così come si sviluppano nell'Africa dell'Ovest, un rafforzamento dal punto di vista della definizione identitaria. Il cibo venduto in questi negozi, infatti, richiama memorie di un'infanzia lontana, senza tempo, pur essendo di fatto legato alla produzione di massa, confezionato secondo ben precise norme industriale: eppur concettualmente simile a quello prodotto in Africa, ne è tecnologicamente distante. Un esempio è l'"instant oggi", adatto alla cottura in microonde, versione industriale di un noto porridge nigeriano.

Ancora una volta, agendo per ricordare il passato e trasporlo nel presente, si costruisce un futuro nuovo. Ancora una volta, briciole di contemporaneità colorano la messa in scena della tradizione e una polvere di nostalgica consuetudine si posa sul palcoscenico della modernità.

In questa pantomima, fra una tesi e un'antitesi, prende vita una sintesi sincretica.

Gli African market sono luoghi di soglia e di liminalità, in cui transitano non soltanto migranti provenienti da una nazionalità ma tutti coloro che si ritrovano a cercare un ingrediente con la consapevolezza che trovarlo potrebbe non essere semplice, in cui si incrociano, molto spesso al punto di sovrapporsi, quelli che credono nella vita moderna dell'Occidente e quelli che idealizzano la patria e la sua abbondanza di cura, attenzione e dedizione al tempo della cucina e non solo. Gli African Market, con l'obiettivo di ricordare sapori lontani, finiscono per creare nuove pratiche alimentari che sono sintesi fra profonda nostalgia da un lato e limiti geografici, temporali ed economici dall'altro.

### **1.7 "Bubbles of homeliness"**

Con mezzi digitali, tramite pratiche di agricoltura sociale, incursioni nei negozi di alimentari dal sapore familiare, dunque, le persone che migrano provano a creare delle ancore al loro paese di origine. In

assenza di altri oggetti, routine, impressioni sensoriali legate alla terra madre, la sfera alimentare assume un ulteriore significato.<sup>28</sup>

Le persone richiedenti asilo e rifugiate, la cui gestione alimentare è regolamentata da normative ben precise e connotata da una scarsa possibilità di autodeterminazione, cercano di ricreare gusti che ricordino loro casa, agendo negoziazioni di vario tipo.

Cosa resta, fra mille negoziazioni con dispositivi di controllo, della rincorsa a questo sentimento di appartenenza?

Fra gli articoli che si sono soffermati sul tema dell' "homebuilding" nelle persone migranti, spicca quello di Hage (2010) che, nel tentativo di una quadrangolazione fra migrazione, cibo, memoria e homebuilding, porta l'esempio dei migranti libanesi in Australia. Il primo punto che Hage evidenzia è la differenza fra nostalgia e homesickness: se dalla prima nasce il desiderio di ricostruire una casa, di riportare nel luogo di arrivo il benessere che si riconduce al paese che si è abbandonato, dall'impossibilità di questa trasposizione si genera invece un sentimento di homesickness, termine etimologicamente collegato alla malattia, quindi debilitante, che porta all'incapacità di ricostruirsi di fronte alla novità. L'abbandono della lingua madre, così come dei "propri" alimenti, in questo contesto, porta ad un'assenza di controllo sulla propria vita. Questa visione differisce da quella proposta dalla maggioranza, per cui la nostalgia equivale ad una voglia di ritornare al passato (Holtzman, 2006): la nostalgia di Hage è forward-looking, orientata al futuro, pur nascendo in relazione a momenti in cui il passato è rievocato nostalgicamente sotto forma di sapori e odori. La definizione di Hage di home-building è "la costruzione della sensazione di essere a casa" (Hage, 2010, p.417). In questa cornice il cibo non può che ricoprire un ruolo essenziale, che porta gli interlocutori di Hage ad idealizzare il passato e a collocarvi il ricordo di momenti di benessere. Per ricostruire casa attorno a sé è necessario lavorare su quattro pilastri: la sicurezza, la familiarità, la comunità ed il senso di possibilità e speranza. La sicurezza è intesa come soddisfazione dei bisogni primari e assenza di alterità pericolose, percezione che la casa sia un posto in cui vige una legge verso cui si nutre un senso di appartenenza. Se si sottostà alla legge di altri, ci si può sentire sicuri, ma non "a casa". Entra in gioco l'elemento della familiarità: il contesto familiare è quello in cui lo spazio permette di fruire in scioltezza del proprio corpo e degli oggetti presenti. L'aspetto della comunità subentra quando si ha la sensazione di condividere i propri spazi con persone percepite come

---

<sup>28</sup> "Come hanno sostenuto gli studiosi della creazione di un senso di casa, la presenza di oggetti quotidiani, di impressioni sensoriali e di routine familiari è fondamentale per sperimentare un senso di familiarità [...]. Forse questo aiuta a spiegare perché il cibo può acquisire un'importanza così centrale per le persone che sono state costrette a migrare: poiché la maggior parte delle ancore che un tempo fornivano sicurezza ontologica alle loro vite sono state lasciate indietro contro la loro volontà (oggetti, impressioni sensoriali, routine), mangiare e bere sembrano quasi destinati ad acquisire un ruolo più significativo nel ripristinare un senso di intimità, sicurezza e normalità." Vandevordt, 2017, p. 611

vicine, con cui si condividono moralità e forme simboliche. A chiudere, il fondamentale senso di avanzamento, opportunità e speranza: laddove un rifugio o un riparo esercitano richiami claustrofobici, la casa dovrebbe invece essere un luogo di apertura al futuro. La pratica dell'home-building ha a che fare con la possibilità perché è una speranza volta al futuro di assicurarsi i sentimenti precedentemente citati, partendo dal motore della nostalgia. Provare nostalgia non significa voler tornare indietro, ma voler ricreare un senso di sicurezza, che sazi i bisogni di base, e di familiarità, di dimestichezza nei confronti della realtà circostante, di capacità d'uso. Se la nostalgia è rivolta al passato, le pratiche di home-building sono la trasposizione della nostalgia nel tempo presente.

"[...] Quando la vita è incerta e le routine sono state stravolte, mantenere i cibi tradizionali e impegnarsi in usanze culinarie ispirate alla propria terra d'origine sono modi che i migranti usano per ricreare la propria casa." (Baho, 2020, p. 67)

Questa frase di Sally Baho (2020) mette in chiaro il rapporto stretto che intercorre fra pratiche alimentari e pratiche di home-building. Il concetto è ribadito da Sabar & Posner (2013), Tuomainen (2009) e Vandevordt (2017). Quest'ultimo sottolinea l'importanza di quelle che definisce "bolle di familiarità" ("bubbles of homeliness") in cui non è uno spazio geografico a definire la casa, quanto gli oggetti, le persone, i sapori e gli odori che risultano familiari, sicuri e calorosi. Per questo motivo, probabilmente, è importante che i rifugiati abbiano momenti di continuità con la propria cultura di provenienza che includano anche contenuti alimentari, soprattutto in contesti nuovi (Lewis, 2010). Lo scambio di cibo, in particolare se si tratta di cibo legato al paese di origine del donatore e del ricevente, è fondamentale per costruire relazioni comunitarie e generare un senso di familiarità, di sicurezza, di speranza e possibilità futura (Sutton, 2001). Ancora una volta, non è il sostegno nutrizionale ma la sfera simbolica derivata dalle pratiche alimentari a differenziare il cibo scambiato da quello comprato al supermercato, che dal senso di reciprocità è ben lungi (Sutton, 2001).

## 2. La ricerca etnografica

Nel corso del mio lavoro sul campo, come ho illustrato, le modalità di ricerca adottate sono state: osservazione partecipante, scambio informale con interlocutori e interviste semistrutturate. I contesti in cui si sono creati momenti di incontro sono stati: momenti conviviali a livello associativo, cene in cui l'obiettivo comune mio e degli ospiti delle strutture era quello di trasmettere a me alcune ricette e poi degustarle assieme, appuntamenti settimanali nell'orto sociale dell'Associazione. Le cene che abbiamo organizzato rispettivamente da e con Mamwaly, Mainul e Saqib hanno fatto emergere differenze sostanziali ma anche aspetti in comune. In tutti e tre i casi, si trattava di persone con cui si era, con il tempo, instaurato un rapporto di fiducia, nato durante la pratica di orto sociale con i primi due e dalla mia esperienza come operatrice nel 2017 e 2018 con Saqib. Durante le interviste ho scoperto divergenze inaspettate fra neoarrivati e migranti di lunga data, che spesso si possono interpretare come differenze generazionali di fondo e che rispecchiano anche panorami sociali e geopolitici diversi. Ho conosciuto gli aspetti conservatori di Djobo, guardiano di via Minio arrivato in Italia nel 2006 e l'apertura alla novità di newcomers come il bangladese Mainul, il siriano Hossam, il togolese Falilou e il maliano Fadjiki, che non fanno segreto della vita da scapoli che conducono in Italia.

Da quando ho iniziato ad approfondire la tematica alimentare nelle strutture gestite da Popoli Insieme, ho sentito il bisogno di tenere traccia scritta degli scambi con gli ospiti. Ho toccato con mano quanto questo passaggio dal fare elucubrazioni al trascrivere le loro frasi esatte porti con sé un necessario cambio di prospettiva. Dopo anni di osservazione, i contenuti emersi in sede di intervista non mi hanno sorpreso, tranne in alcuni casi, ma, per spiegare la sensazione con una metafora, potrei dire che è stato come ascoltare in versione originale un album di cui ho sempre ascoltato soltanto la cover. Per questo motivo ho deciso di dare la precedenza alle citazioni esatte dei miei interlocutori, sia colleghi operatori/mediatori che beneficiari dei servizi di accoglienza.

Per trasmettere la complessità che ho colto, illustrerò la mia ricerca dividendola per sottotemi, seguendo la falsa riga di quanto fatto nel precedente capitolo.

## 2.1 L'orto, culla del cibo

Frequento l'orto di Popoli Insieme come volontaria, al di fuori del mio orario lavorativo, dal 2019, per conoscere i migranti accolti dall'Associazione fuori dal contesto formale e perché lo ritengo terreno fertile -in ogni senso!- per uno scambio fra pari sulle pratiche alimentari. I volontari e gli ospiti di Popoli Insieme si ritrovano in orto generalmente da marzo ad ottobre di ogni anno per coltivare zucchine, meloni, pomodori, cetrioli, angurie, melanzane, peperoni, poi ancora cavolo cappuccio, cavolfiore, cavolo nero e broccoli di ogni tipo e colore nella stagione invernale. Il valore aggiunto dell'orto sta nel fatto che gli ospiti sono liberi di proporre quali piante coltivare: la rotazione ha visto avvicinarsi patate dolci, mais, arachidi, okra, qualche tentativo di zucca del Bangladesh non riuscito. Anno dopo anno, vari fedeli dell'orto si sono succeduti: Mamadou M., ventenne gambiano che non aveva coltivato quasi nulla nella sua vita ma aveva sempre visto i suoi genitori farlo e raccontava di piante di melanzane lasciate crescere anno dopo anno senza che seccassero mai; Mintoumba, cinquantenne togolese, guardiano di via Minio insieme a Djobo, che ha accettato di buon grado di farsi carico di innaffiare l'orto ogni sera in cambio di una parte del raccolto di patate dolci e pannocchie, arrivando anche a spostare il suo passaggio in orari notturni in rispetto dell'ordinanza regionale sulla siccità in Veneto dell'estate 2022; Amadou che pianta, semina e raccoglie in autonomia il suo mais, le sue arachidi e le sue patate dolci ma poi condivide il raccolto con tutti; Mamwaly che spera di raccogliere tanto okra da poterci preparare una superkanja<sup>29</sup> e che con le sue braccia possenti falcia l'erba così radicalmente che se raccontassimo agli altri ortolani che nei cinque mesi invernali non abbiamo messo piede in orto nessuno ci crederebbe; Yacouba che non è più ospite da tre anni ma viene in orto di tanto in tanto per dare una mano; Somrat che fra le piantine ha trovato la sua dimensione -cosa non facile, per un bangladese con disabilità che quasi non parla italiano- ; Mainul, quell'Aladin bangladese che di Somrat è diventato il migliore amico. Questi i componenti principali della meravigliosa squadra che si è passata il testimone, insieme ad alcuni volontari dell'Associazione, nel periodo che va dall'estate 2021 a giugno 2023.

Puntualmente, dopo aver lavorato la terra, arriva il momento di raccogliere i suoi doni: si fa un cesto, lo si posa su un tavolo e il referente della serata -volontario, operatore o ospite- si occupa di suddividere equamente il raccolto fra i presenti.

È in orto che Amadou, ragazzo maliano, detentore di protezione internazionale accolto in via Minio, ha iniziato a parlarmi del suo rapporto con la cucina. Prima di offrire ortaggi, infatti, è mia abitudine chiedere

---

<sup>29</sup> La superkanja, o kanja soup, è uno stufato a base di okra, come mi ha spiegato Mamwaly.

ai destinatari se possono essere di loro gusto. Amadou, quando gli chiedo, mi dice che lui mangia tutto, cucina tutto. Gli piace cucinare, lo sa fare da sempre perché, separato da sua moglie ormai da molti anni, ha dovuto imparare ad arrangiarsi da sé. Si assicura che il mio sguardo non sia giudicante, poi aggiunge: “mi piaceva cucinare da sempre, ma non lo facevo molto perché è una cosa da donne. In Italia no. In Italia tutti cucinano: uomo, donna, tutti cucinano. In Mali, no”<sup>30</sup>. Chiedo cosa intenda. “In Africa, se un uomo cucina è come una donna, ma qui tutti in Italia gli uomini devono cucinare”. I ragazzi bangladesi mollano le zappe e fanno cenni di assenso. Amadou non parla un italiano perfetto, ma permette a tutti i presenti di prendere parte al discorso. Continua spiegandomi che lui ha sempre cucinato per se stesso anche in Mali, da solo, in un'altra parte della casa. Tuttavia, quando è il momento della ripartizione del raccolto in orto, è sempre schivo: preferisce che siano gli altri a portare qualcosa a casa, prima di lui.

Mamadou M. è un ospite gambiano di via Minio. È più giovane, meno abituato di Amadou a vivere da solo: ha sempre trovato qualcosa di pronto, nella sua casa gambiana. Nell'estate 2021, mentre zappiamo, mi racconta di venire da una famiglia per bene, che vive “come si vive in Italia”. Si legge, nel suo modo di raccontarlo, un malcelato orgoglio. Si intravede anche nel suo modo di vestire e negli occhiali dal bordo spesso nero che indossa. Forse è per questo suo sentire e per il fare cosmopolita che, quando gli offro delle zucchine scure e lui sembra a un passo dal rifiutare l'offerta, finisce per chiedermi: “Okay ma come si cucinano? Non le so usare”. Le ha accettate! Gli spiego passo dopo passo la preparazione delle zucchine in padella, con cipolla o con aglio a seconda del gusto, fritte o stufate, con il sugo o senza. Mi assicuro che abbia tutte le informazioni necessarie per conciarle a suo gusto. Due giorni dopo, mi arriva una fotografia di Mamadou su WhatsApp: una montagnetta di riso con al centro una mestolata di una salsa marroncina con pezzi di carne e grosse fette di zuccina posate sopra. “Mamadou, ma ci hai fatto il mafe, praticamente?”, gli scrivo sorpresa. Mamadou si limita a rispondermi: “Sì, era molto buono, grazie!”. Nello spazio informale dell'orto sociale ci muoviamo tutti per tentativi, ognuno prendendo come riferimento mentale ciò che di più simile conosce. Ecco l'okra preparato come zucchine e le zucchine cucinate come l'okra, le arachidi masticate appena sradicate da terra dagli ospiti di Popoli Insieme e

---

<sup>30</sup> Dal diario di campo:

Giovedì 28 luglio 2022

Orto sociale del Parco Milcovich, Padova

I primi okra iniziano a crescere. I volontari italiani, non conoscendo questo ortaggio e non sapendo come cucinarlo, lo lasciano ai beneficiari dei progetti di accoglienza. I bangladesi non li accettano, non capisco se per fare i complimenti o perché davvero non sono in grado di cucinarli. Al terzo rifiuto, quando ormai sto per accettare di prenderli io pur di non farli andare buttati, li prende Amadou, ma ci tiene a giustificare il suo gesto. “In Italia tutti cucinano: uomo, donna, tutti in cucina!”.



guardate con sospetto dai volontari italiani, fino a che i più coraggiosi non si azzardano a loro volta a masticarne qualcuna e scoprire che sanno di legume perché, di fatto, di legumi di tratta. Il clima di fiducia che si crea fa sì che, quando la volontaria Flavia decide di cucinare una pasta al pesto per tutti con la grande quantità di basilico piantato, tutti la mangino con grande appetito. Non sanno esattamente come è stato preparato, cosa c'è dentro, ma in quel momento basta sapere che c'è il basilico che proviene dall'orto, basta fidarsi di chi ha cucinato, perché si sono condivise zappate, sudore e raccolti negli ultimi tre anni. Elemento che non è banale né scontato.

## **2.2 Portare la tradizione, inviare l'innovazione**

Penso sia opportuno dare rilievo ai numerosi legami che gli ospiti mantengono con il paese di provenienza anche in termini di invio di beni alimentari. Uno scambio di narrazioni attraverso piatti cucinati e ingredienti, ma anche utensili, che sembra dire "Guarda: in Europa sto bene, ma ti prego ricordami che sapore ha casa".

Non avevo previsto questo approfondimento, inizialmente. Se il suo emergere in sede di ricerca bibliografica ha catturato la mia attenzione, ancora di più lo ha fatto la spinta che i miei interlocutori hanno dato alle nostre conversazioni, facendole virare verso la terra madre.

Molti beneficiari dei servizi di accoglienza intervistati, infatti, hanno deciso di trattare l'enorme attesa dei connazionali di ritorno dal paese per ricevere pacchi, alimenti, ingredienti necessari per ricordare i sapori di casa ma anche dell'orgoglio che provano nell'inviare ai familiari ciò che nel loro paese non si trova o ha costi proibitivi. Questo andirivieni impatta inevitabilmente il modo in cui ci si nutre nel paese di provenienza. È paradossale: si cercano ingredienti della tradizione, si chiede agli amici di farsi preparare dai familiari il comfort food della propria infanzia da degustare in Italia, poi si esplora invece il mercato alimentare italiano, gli ingredienti, i prezzi, si seleziona ciò che può risultare interessante per i parenti lontani, si decide di inviare qualcosa che si ritiene peculiare del paese di arrivo, ibridando così la maniera di preparare il cibo e nutrirsi sia propria che dei propri cari lontani. Abitare la contemporaneità e la mobilità è anche questo: spostarsi per cercare la modernità altrove, perché nel proprio paese non la si trova, anche se tutti fuori sembrano dire il contrario (Ferguson, 2020). Lo vediamo, ad esempio, con la preparazione del banku, un porridge di farina. Negli anni ho visto giovani di svariate nazionalità prepararlo, senza mai capire quale fosse la preparazione ortodossa. C'è chi mi ha riferito che, senza l'utensile apposito, non si può preparare banku; chi quello strumento se lo è procurato e ci mescola farina e acqua: chi dice che il banku è tale solo se fatto con la farina di mais. C'è poi chi usa la parola

banku per indicare il fufu, convinto che per gli italiani possa essere più chiaro cosa si intenda con quel termine.

L. Lo prepari anche in Italia, il banku?

D. Sì, lo faccio perché quando sono arrivato abbiamo visto che c'è farina di mais. Noi usiamo farina che è al mercato.

L. L'Asia Africa?

D. No, italiano. Aspetta (va a prendere nella sua stanza un pacco di farina di grano zero per mostrarmelo): questa farina!

L. Ma questa è di grano! Va bene per il banku?

D. Noi facciamo con questa! E la compriamo anche per mandarne al paese.

L. Perché lì costa di più?

D. Perché lì non c'è. Questa la usano per fare pane. Allora non tutti possono avere questa. Noi la mangiamo perché l'abbiamo avuta qui. Ma quelli che sono al paese usano farina di mais.

L. E, con quella, il pane non esce bene.

D. No, quella non fa pane, solo questa fa pane. Allora quando compriamo per mandare al paese questo fa bene per loro.

L. E loro ci fanno il banku?

D. Sì loro fanno banku con questa. E meglio di mais, perché banku di mais diventa duro, invece questa no.

Questo scambio con Djobo, il guardiano della struttura di seconda accoglienza, ex insegnante togolese, ben illustra l'ibridazione che avviene spontaneamente con l'invio di beni alimentari. Vediamo, nel racconto della ricetta, un cambio di rotta repentino: si parla della farina di mais come farina necessaria alla preparazione del banku, ma quella che Djobo mi mostra è farina di grano e lui lo sa. Una deviazione rispetto alla norma che finisce per diventare addirittura preferibile, sia in Italia che in Togo, per via della morbidezza che conferisce al banku.

Sempre Djobo mi racconta delle volte in cui riceve dal Togo carne cotta in olio per essere spedita in Italia con il primo conoscente che viaggia. La farina si può inviare anche nei container, la carne cotta no, mi spiega. "Mangio la carne tutti i giorni, ma al paese loro pensano che qui noi non abbiamo carne", mi confessa Djobo, e leggo tutta la preoccupazione per far sì che i familiari sappiano che non vive in ristrettezza economica. "Al paese non puoi comprare carne tutti i giorni. Qui costa meno". Djobo non

può più tornare nel suo paese, essendo detentore di status di rifugiato; il Benin è sempre stato il punto d'incontro per lo scambio alimentare, fino al 2009. Poi, per problemi di salute, Djobo ha dovuto smettere di viaggiare e si accontenta di ricevere ciò che i connazionali portano al rientro dal Togo.

L'usanza di preparare carne cotta in olio per darla a chi viaggia fra il Togo e l'Italia è un elemento che torna anche nell'intervista a Falilou, richiedente asilo, ospite di Popoli Insieme negli anni 2018-2019.

F. Quando sono stato giù, a luglio, sono passato in Ghana, conoscevo una famiglia che ha preparato un sugo nostro che si chiama *shito*, un sugo che lo metti su una garza e scende l'olio giù e rimane tutto secco.

L. Ma di che è fatto? Di carne?

F. No, di zenzero. Lo gratti, diventa tipo grano. Per iniziare a farlo devi fare come un sugo di pomodoro ma senza pomodoro. Olio, zenzero, cipolla, lo lasci sul fuoco, metti tutto quello che vuoi per dare sapore, lasci fino a che non diventa tutto nero. Lo zenzero diventa come segatura, poi diventa nero, con l'olio metti tutti i sapori che vuoi, dopo che hai finito tutto che è una zuppa che puoi mettere con il riso, riso con fagioli, lo metti in una garza e quando lo vuoi cucinare lo metti con un po' di olio e torna così. Serve per non portare con tutto l'olio. Tutto quello che vuoi cucinare basta che lo metti con olio e torna come prima.

L. E ti hanno fatto portare questa cosa?

F. Sì, avevo detto a un amico che ero in Ghana e mi hanno detto di portare questa cosa e anche carne di mucca senza olio, tolto tutto l'olio, lui ora lo può conservare in freezer perché non si rovina, per utilizzarlo quando vuole. Da noi si usa tanto questa roba, di portare la roba che viene da giù. Di solito è ai ghanesi che piace tanto questa roba, lo *shito*. I ghanesi mettono anche dei pesciolini secchi, diventa molto saporito. La gente ti dà tutto quello che prepara per i figli, per portare qua. Io trovo quello che voglio qua, non ho mai chiesto a nessuno, quando sono stato in Ghana non ho mai portato niente per me. Sai che io vivo a casa da solo, mangio qualcosa da me.

Se in Djobo, arrivato nel 2006, lo scambio di beni alimentari è un simbolo fondamentale di legame con la patria, Falilou, giovanissimo e arrivato nel 2018, ne parla come si parla di usanze sorpassate, con evidente presa di distanza.

Gli alimenti, tuttavia, non sono l'unica cosa a viaggiare: le ricette mutano anche per il cambiamento degli utensili utilizzati per realizzarle. Alessandra, insegnante di italiano e mediatrice del centro di seconda accoglienza, mi racconta il percorso vissuto da un matterello.

“Nella ricetta che stavamo leggendo c’era il matterello, allora poi gliel’ho fatto vedere sul computer e abbiamo parlato del matterello perché una volta le donne tiravano la pasta, per i dolci principalmente, con le bottiglie. Ho detto che anche a casa mia si è sempre fatto così, la funzione è la stessa. E anche gli altri “Ah sì è vero!” e Patrick, del Camerun, dice “Sì, con le bottiglie di plastica!” e Mamadou, invece, “Con quelle di vetro!”, e Amadou dice che lui ha comprato quello di legno, il matterello, e lo ha mandato in Africa. Il pensiero che un oggetto che qui è già stato sorpassato, che non rappresenta di certo l’avanguardia ma qualcosa di non necessariamente utile e diffuso nelle case, lì invece rappresenti l’evoluzione di un qualcosa... “Qui ormai tutte le donne questo ce l’hanno”, ha detto Amadou del suo villaggio. L’evoluzione della bottiglia è il matterello. Mi immagino queste donne che guardano la vicina che ha il matterello che arriva dall’Europa!”

Quella fra il paese di provenienza e il paese di arrivo non è l’unica intersezione nella strada dei beni alimentari che finiscono nel piatto delle persone migranti che vivono in strutture di accoglienza. Un altro passaggio fondamentale è quello della convivenza, nel paese di arrivo, con persone di altre nazionalità. In questo spazio il gusto muta nuovamente, per volontà o per la convenienza di non dover cucinare ogni sera.

Fadjiki, parlandomi dei lunghi anni vissuti in appartamento con altri ragazzi maliani e un uomo nigeriano, commenta: “Michael (l’ospite nigeriano) mangia troppo piccante, noi abbiamo una cucina un po’ diversa, non mangiavamo insieme con Michael. In Mali si mangia poco piccante, non tanto. In Nigeria si brucia la bocca”. Poi, parlando dei mesi in cui anche il togolese Falilou ha vissuto nello stesso appartamento, prosegue: “Una volta ho scoperto un piatto tipo spaghetti, Falilou faceva spaghetti con burro d’arachidi. Il primo giorno che l’ha fatto ho detto “ma è stranissimo, non si può mangiare questo”. Il giorno dopo mi ha fatto assaggiare: è la fine. Buonissimo! Stranissimo, da noi non si mangia pasta con burro di arachidi.” “Strano o buono?” gli chiedo. “Stranissimo, buono” mi risponde Fadjiki.

### **2.3 Risotto maliano**

Nel capitolato del bando di gara della Prefettura si cita spesso la pasta. Consapevole dell'accusa che molti fanno agli italiani di mangiare soltanto pasta, raccolgo le opinioni dei miei interlocutori.

“Qui si mangia tanta pasta, da noi invece si mangia tanto riso e tanti cereali”, mi spiega Fadjiki. Ma il miglio che si trova negli African Market non è lo stesso che si trova al paese, e Fadjiki mi confessa non lo sa cucinare come andrebbe fatto. Per questo motivo, preferisce optare per il riso o per la pastasciutta, preferibilmente al tonno con sugo di pomodoro. Dopo anni passati nell'appartamento in cui hanno sempre prevalso i maliani, oggi Fadjiki è passato in una casa in cui vivono giovani bangladesi, due ragazzi del Burkina Faso e uno libico. Quando chiedo a Fadjiki se è l'unico a mangiare pasta nella sua attuale collocazione, mi parla del coinquilino libico.

“Da loro (in Libia, nda) si mangia la pasta con il pane. La cuociono per ammorbidirla e la lasciano con il sugo, quindi riescono a mangiare pane con questo sugo. Io preferisco fare come gli italiani perché è più veloce e anche più facile farlo. Loro a volte fanno pasta con carne: proprio come la pasta con pollo e patate, ma si fa con carne e patate, tante volte. Anche da noi si fa.”

La contrapposizione fra un sé ormai vicino agli usi italiani e un “loro” che indica coloro che ancora ne sono distanti emerge nel discorso di Fadjiki come in quello di Falilou. A tal proposito, mi sorprende l'intervista a Nicola, operatore dell'accoglienza, quando mi spiega che Fadjiki gli ha proposto con massima nonchalance di mangiare insieme un *risotto* che era, in realtà, un riso con i fagioli. Non appena mi è capitata l'occasione di intervistare Fadjiki, quindi, gli ho chiesto delucidazioni in merito, chiarendo che mi ero confrontata con il collega sulla questione.

L. ...E invece, il risotto?

F. Eh il risotto... Da noi il risotto si fa diverso da qua. Ci sono tre tipi di risotto, si può fare con carne, con pesce, con verdura. Comunque, c'è il riso, sempre.

L. Che intendi quando dici “riso” e cosa quando dici “risotto”?

F. La stessa cosa, però sono diversi. Il riso si mangia con un sacco di tipi di sughi diversi, per esempio il burro di arachidi, c'è uno che si chiama mafe, uno che si chiama thie...

L. Thieboudienne?

F. No, thieboudienne è risotto. Sono diversi, si può mangiare come riso, uno c'è burro di arachidi, c'è nandji, c'è tanti tipi di sugo che si può mangiare con il riso.

L. Quindi intendi il riso quando è bianco e sopra ci metti il mafé, e il risotto quando è cotto tutto insieme?

F. Quando sono mescolati, sì sì.

Mi innamoro di questa risemantizzazione assolutamente sensata, voglio saperne di più, voglio capire quali sono le categorie con cui la realtà alimentare del paese di arrivo viene letta da chi arriva in Italia dopo un viaggio di migrazione forzata. È così che, oltre alla pasta al burro di arachidi, scopro l'esistenza della pasta ai sottaceti, preparata da un ospite libico di via Minio alla mia collega Alessandra.

I miei interlocutori raccontano in vario modo del loro percorso di appropriazione delle pratiche alimentari incontrate sul territorio. Per loro, sono nella lista dei concetti da rinegoziare, insieme al resto della loro vita.

“Prima non *sapevo* andare in trattoria. Ora vado in trattoria, mi prenoto anche la cena, tutto quanto.”  
Mi spiega Falilou senza nascondere una punta di orgoglio.

Il pasto in trattoria si fa motivo di vanto per più ragioni: la possibilità economica di nutrirsi fuori casa, la percezione di aver raggiunto un buon livello di integrazione sociale in contesti italiani e una posizione di prestigio rispetto ai connazionali.

Non è scontato che i coinquilini consumino i pasti insieme: tendenzialmente, da quanto mi raccontano Fadjiki, Nicola, Alessandra e Djobo, soltanto fra connazionali è usanza unire gli ingredienti per preparare un unico piatto.

Mentre il trentenne Fadjiki, come abbiamo visto, non esita a curiosare nei piatti di altri, assaggiando spesso e volentieri tanto gli spaghetti alla salsa di arachidi quanto i prelibati esperimenti di Saqib, cinquantenne pachistano arrivato in Italia nel 2017; Djobo, in Italia dal 2006, risulta assai più diffidente nei confronti della novità. Mi racconta che, a parte un periodo passato a Napoli, non ha mai fatto grande consumo di pasta. Anche il racconto di Djobo è pieno di “noi” e “loro”, di giusto e sbagliato, ma qui il “loro” non indica chi ancora è ancorato ad usi tradizionali. “Loro” sono sempre coloro che hanno storpiato la tradizione, l'hanno modernizzata, l'hanno velocizzata o non l'hanno mai seguita.

D. Noi mangiamo dado. Io uso dado e meno sale. Ma ci sono persone che non usano dado, allora bisogna assaggiare per capire che le cose non sono uguali. Per esempio, noi, per cucinare carne, per prima cosa noi bolliamo la carne dentro l'acqua con sale, dado, e quando è pronto noi la prendiamo per mettere dentro olio. Quando l'olio è pronto, finito: fai un altro

sugo. Metti pomodoro e tutto. Invece gli altri, loro prendono carne che hanno comprato dentro al negozio e la mettono dentro olio.

L. Ma anche in Italia si fa così. Per te non va bene?

D. Non va bene! Quando Naushad era qui, comprava carne e me la dava, io la faccio come la facciamo noi. Questo è interessante, è buono. Se qualcuno compra e mette in olio subito, è diverso.

[...]

L. Bello, vi aiutavate un po'.

D. Sì, come il nostro sistema. Invece i maliani non mangiano così. Se tu subito metti dentro olio, non va. Non va.

## **2.4 “We are all bachelors here”**

Per anni, Fadjiki è rimasto per il gruppo di operatori di Popoli Insieme un punto fisso: nonostante nuovi arrivi, incidenti in casa, protezioni internazionali concesse o negate, tutti avevano la certezza che il martedì sarebbe andato a fare la spesa con Julie, donna togolese che si occupava di fare le pulizie negli appartamenti. La francofonia di Julie e le sue origini facilitavano l'accompagnamento dei neoarrivati a Padova nel lontano 2014. Con le sue poche, semplici abitudini, Julie, oltre a fare le pulizie, insegnava ai ragazzi come comportarsi in un posto nuovo. A non dimenticare di comprare l'olio e il sale che si danno sempre per scontati, a scegliere tra prodotti per le pulizie che sembrano tutti uguali, a tenere a mente tutto ciò che serve per la spesa del martedì, che sennò si va alla settimana successiva. Quello di via Siracusa è un caso particolare: negli altri appartamenti, dove pure Julie andava con cadenza settimanale, non si era radicata l'abitudine di affidarsi a lei per gli acquisti settimanali. In effetti, mi fa notare Alessandra durante il nostro scambio, la spesa settimanale è poco adatta a chi non ha molto spazio a disposizione per immagazzinare riserve, per chi si fida poco dei coinquilini, per chi semplicemente non è stato accompagnato a questa modalità di acquisto. In via Siracusa vari fattori si sono incrociati per rendere possibile questa pratica e sicuramente avere una prevalenza di maliani ha facilitato la spesa comune. In questo modo, il supermercato sotto casa si è fatto spazio di consuetudini che i ragazzi non avrebbero sostituito con nessun altro, neanche a fronte di una convenienza economica. Erano i tempi in cui, quando il capitolato di gara della Prefettura lasciava più margine di azione alle singole realtà, i beneficiari dei servizi di accoglienza di Popoli Insieme ricevevano in cash una somma di denaro con la quale provvedere ai propri bisogni alimentari: al fianco del famigerato pocket money, questo altro

ammontare era perlopiù definito “food money”. Con il passare del tempo, con le disposizioni restrittive in ambito di migrazione di Minniti nel 2017 e di Salvini nel 2018, è stata sdoganata la corsa al ribasso dei costi dei servizi di accoglienza che ha avuto come naturale conseguenza il taglio e l’ulteriore burocratizzazione degli stessi. Ecco, quindi, che diventa impossibile trasferire ai beneficiari in modo diretto una somma di denaro per acquistare il proprio cibo. Il tempo è passato, ma è Fadjiki stesso a parlarmi di Julie come se fosse una presenza ancora fondamentale nel modo in cui è concepita la sua quotidianità. Chiedo a Fadjiki se, oltre a fare la spesa, Julie aiutava anche a cucinare.

F. No, cucinare è un'altra cosa. Io a casa in Mali non cucinavo, non sapevo cucinare, perché mamma si occupava di tutti. Dove ho imparato a cucinare è Libia.

L. Ah sì?

F. Eh sì, per forza di là, mangiavamo quindi io dovevo fare qualcosa. E lì ho cominciato appena a imparare quindi ho imparato abbastanza a cucinare in Libia. Mi hanno dato posto di là, io non sapevo cucinare, eravamo una decina di persone, quindi facevano a turno ogni giorno: “sì faccio io”, “cucina domani”, turno a turno.

L. Quanto sei stato tu?

F. Un sei mesi. Sì sì, sei mesi, di là ho imparato a cucinare, sì sì.

L. Però lì cucinavi cose libiche o cose maliane?

F. Uhm... Da noi?

L. No, in Libia.

F. Dal Mali...sì sì sì, cucinavo dal Mali. Quello che ho trovato là, persone che ho trovato là loro sono bravi a fare quindi mi hanno fatto imparare, sì sì sì.

L. Quindi erano maliani?

F. Sì sì sì.

L. Quindi sei arrivato in Italia che già sapevi cucinare.

F. Sì sì, sono arrivato che sapevo fare qualcosa già.

Ulteriori delucidazioni me le dà Alessandra:

“Loro vivevano nei foyer, loro inteso come gruppi etnici. C'era il foyer dei maliani, dei nigeriani, dei ghanesi... Quello dei maliani si chiamava foyer, in francese, ovviamente, cioè: cucina in



comune e stanze separate. E da lì c'era un eletto al giorno, in una settimana, che faceva la spesa e cucinava per tutti. E loro mettevano i soldi. E quindi, cioè, lì imparavano a cucinare.”

Con la compostezza che lo contraddistingue, anche Djobo mi conferma quanto riferito da Fadjiki sulla Libia e mi parla degli attuali inquilini di via Minio.

“Tanti ragazzi hanno vissuto in Libia con la gente che fa banku, e hanno imparato a fare banku. Quando sono arrivati qui. Ma per esempio io ho imparato a fare cucina, a cucinare al paese! Dai miei genitori! Perché i genitori hanno l'idea che un giorno mi posso spostare, vivere da solo e lì bisogna sapere cucinare. Allora ho imparato a cucinare al paese dai miei genitori! Così ma ci sono alcuni che non sanno niente prima di arrivare qui. E sono arrivati, io conosco anche togolesi che non sanno niente di cucinare. Che sono arrivati qui così, senza sapere cucinare.”

Falilou invece ha in parte imparato a cucinare dall'amico Matinou. Ha valutato, mi racconta, quali ricette sono fondamentali e per quali invece non vale la pena investire tempo, come ad esempio per il formaggio, che si può comprare fatto da connazionali e riporre in freezer. Alcune ricette le conosceva già in Togo, ma è rimasto aperto a ibridazioni migliorative, legate perlopiù ad una maggiore disponibilità di materie prime e utensili.

La necessità di provvedere al proprio sostentamento è legata anche alla reperibilità di cibo, che è più complicata in Italia, mi spiega Falilou:

Se non c'era nessuno, andavo fuori a mangiare: non a ristorante, in qualche posto semplice. Lì non hai da preoccuparti: se non ti cucini trovi comunque. Qui, se non ti cucini, nessuno ti cucina. Per imparare a cucinare così ho fatto tante prove. Ma qui gli ingredienti non mancano. Ho anche trovato qua ingredienti che non trovo in Togo.

Nelle parole del giovane vedo la difficoltà, non soltanto pratica ma anche relazionale, di inserirsi in un tessuto sociale nuovo quando in gioco c'è la possibilità di saziarsi. La materia prima non manca, l'abbondanza regna in ogni senso, ma l'aspetto relazionale è scarso e spesso i giovani, in assenza di figure di riferimento come Julie, Matinou, Nicola, devono trovare altri modi di provvedere al proprio sostentamento.

Non che i miei interlocutori non abbiano idea di come cucinarsi in assoluto: piuttosto, hanno definito il loro modo di cucinare come rapido, veloce, da scapoli.

“Cucino quello che mi viene in mente, quello che *posso* mangiare”, mi dice Djobo che, per motivi di salute, deve prestare particolare attenzione all'alimentazione. Dal dialogo con Hossam, rifugiato siriano, affiora in tutta la sua sincerità la difficoltà di definire il proprio cibo come legato a una provenienza geografica esatta.

L. Sai cucinare qualcosa di italiano?

H. No, no.

L. Ah, prepari cibo siriano. It requires time!

H. I prepare *single men food*.

L. For example?

H. For example I do a lot of fagioli. I love fagioli. Or eggs. I can do eggs. Sometimes I also do pasta. I do not consider pasta as an Italian dish, since I also use to do it when I was in Syria. So, it is quick and simple. *Single men food*.

Mentre ringrazio il mio interlocutore per proibirmi di cadere in ingannevoli dicotomie, penso che la categoria a cui fa riferimento Hossam, il “single men food”, sia trasversale e assolutamente contemporanea. Anche Fadjiki mi illustra come, prima di andare a lavoro alle 14.00, ami preparare “qualcosa di veloce, come un *fast-food*”. La cena da Mainul non fa che colpirmi per lo stesso motivo.

“15 novembre 2022

Sono a cena da Mainul con Flavia. Ultimamente vive un periodo di depressione aggravato dal fatto che Somrat, ragazzo con disabilità e suo migliore amico, ha ottenuto il permesso di soggiorno e lui, invece, un diniego. Somrat presto lascerà l'accoglienza. Mainul ha iniziato a isolarsi. Essendo stato grande frequentatore dell'orto, lo siamo andate a trovare come ortolane. Ho mostrato interesse nei confronti della ricetta del suo biryani, mangiato in più occasioni. Lui ha sempre messo le mani avanti sulle sue scarse doti culinarie. Secondo Somrat, che non sa cucinare, lui è un buon cuoco. Quando arriviamo ci spiega che non ha cucinato nulla perché ci aspettava per farlo insieme e mostrarci la procedura. Ha affettato le cipolle e il pomodoro, ha predisposto un trito di zenzero e uno di aglio e lavato il riso. È un riso piccolo, non il basmati: è il riso tipico del Bangladesh, mi ha spiegato anni fa un venditore bangladese.

Ho portato degli snack da sgranocchiare mentre cuciniamo, chiedo una ciotola in cui metterli, i ragazzi sono leggermente in imbarazzo perché non hanno un recipiente adatto. Lavano una insalatiera di plastica e Mainul mi dice *“we are all bachelors, here!”* (tradotto: “siamo tutti scapoli, qui!”), per spiegarmi che si arrangiano come possono.

[...] Attendo l’autorizzazione a portare i fritti in tavola, dopo poco arriva il riso. Mainul è incerto, non sa se sia il caso di offrirci prima i fritti e poi il riso o seguire l’indicazione di Mohamed di servire tutto insieme. Intanto Mohamed, afghano, prepara una piccola insalata di cetrioli e qualche peperoncino crudo, che tutti sgranocchiano con nonchalance.”

[...] Mentre cucina, Mainul ci spiega che compra quel tipo di riso nei negozi bangladesi. Mescolando il soffritto, fa attenzione a lavare davanti ai miei occhi ogni contenitore di cui fa uso, come per evidenziare l’attenzione agli aspetti igienici. Mette la cipolla a soffriggere in abbondante olio di semi, aggiunge pomodoro, il pollo, il trito di zenzero e di cipolla. Chiedo a cosa serva la doppia cipolla, mi spiega che la consistenza di quella tritata è diversa da quella tagliata in filamenti fini e che hanno un ruolo diverso nella ricetta. È poi il momento del mix preparato di spezie per biryani, il suo piccolo segreto: appena apre la bustina, si sprigiona un odore inconfondibile. Mi mostra poi, in un altro contenitore, le spezie sfuse: l’alloro indiano, la stecca di cannella, il cardamomo. Mi dice che, oltre al mix, è bene usare anche spezie sfuse che conferiscono un sapore più deciso. [...] È il momento di mettere anche il riso, ben lavato, e lasciarlo cuocere. Quando l’acqua è evaporata quasi del tutto, Mainul aggiunge un bicchiere di latte. Mi spiega che è il suo segreto per rendere tutto più cremoso.

Improvvisamente, riesco a identificare le due differenze principali fra il suo riso biryani ed altri che ho assaggiato negli anni: il tipo di riso e la presenza del latte. Sicuramente anche la semplicità della ricetta di Mainul gioca il suo ruolo: quello di Hamza ha chicchi lunghi, ben separati gli uni dagli altri, e prevede la cottura del riso in bianco e l’aggiunta finale del misto di carne e spezie. Attendiamo qualche minuto dopo la cottura del riso nel latte. Qui, una complicità imprevista fra Mainul e Somrat: si aiutano, riempiono di acqua una pentola che mettono sopra una casseruola rovesciata, entrambe appoggiate sopra la pentola del biryani su cui è stato messo il coperchio e, prima del coperchio, qualche foglio di giornale. Chiedo l’origine e il significato di questa torretta e mi spiegano che nel loro paese si usa la pentola a pressione ma che, in sua assenza, si sono inventati una soluzione con quello che hanno. Il fine è quello di asciugare il riso e farlo cuocere.”

Osservare Mainul che cucina è stato utile per comprendere come i sapori della tradizione possano essere ricreati servendosi della produzione industriale offerta dal mercato, come la sperimentazione possa portare a nuove scoperte e allo sviluppo di un gusto personale, come si possa supplire agli utensili mancanti con un attento gioco di squadra e un po' di creatività. Il riso biryani di Mainul non ha niente di tradizionale, eppure è parte della quotidiana pratica con cui il ragazzo e il suo amico portano in tavola tanto il passato quanto la sua assenza e il suo incontro con il presente.

Se Mainul ha imparato a cucinare appena arrivato in Italia, chi ha passato un periodo in Libia ha approfittato della permanenza per testarsi come cuoco, come mi spiegano sia Fadjiki, partendo dalla sua esperienza personale, che Djobo e la mia collega Alessandra basandosi sull'ascolto di altri migranti. Djobo mi racconta di tanti giovani togolesi che hanno appreso in Libia come cucinare il banku e di come il consumo di questo piatto caratterizzi una certa zona geografica mentre il riso, ingrediente principale per chi proviene da Mali, Sahel, Burkina Faso e Niger, sia perlopiù di importazione nonché, come illustrerò a breve, potenzialmente nocivo a suo dire.

D. Direi che soprattutto io vedo che è la cultura. Ho visto da Bangladesh qui, che loro mangiano sempre riso! Mattina riso, mezzogiorno riso, pranzo riso, e la cena riso.

L. Anche la mattina?

D. Sì! Perché quando loro fanno riso di cena, la sera, loro mangiano e c'è il resto. Questo resto la mattina loro lo mangiano, prima di uscire. Ma da noi non è possibile. Non è possibile.

Colpita da come Djobo si sia infervorato con il riso e il Bangladesh, chiedo cosa consumi lui abitualmente per colazione. Mi spiega che mangia una crema di mais simile ad un porridge ma più liquido, che deduco essere molto simile al Tom Brown ghanese che ho assaggiato in altri contesti, e che viene accompagnato da una torta. Gli mostro una foto e Djobo conferma la mia ipotesi. Penso che la tavola sia un terreno perfetto per analizzare la propensione all'incontro.

Come ho già detto, la questione del genere è emersa di tanto in tanto nelle interviste e confronti che ho avuto con i beneficiari, ma non è stata fondamentale come inizialmente ipotizzavo. È vero, Amadou mi ha sottolineato in orto quanto in Italia la cucina sia una cosa per tutti - "Uomo, donna, in Italia tutti cucinano" - a differenza di quanto avviene in Mali, dove la sua passione per la cucina era una propensione del tutto personale nonché legata alla necessità di provvedere al cibo anche dopo la separazione dalla

moglie. Falilou, dal suo canto, mi ha spiegato, con tanto di fotografie, come fa fronte al fatto di essere un single man in Italia:

“Sai che le femmine hanno più mano per cucinare di un maschio. Se voglio dedicare due ore a cucinare, cucino anche quello che fa una donna, ma se non ho tempo chiamo la moglie di un mio amico e me lo prepara lei, prendendo il cibo dai cinesi dell'Asia Africa Market, prende ingredienti e vado a prendere. Ad esempio, carne di mucca e di pollo, c'è un altro piatto che si chiama mafe.”

Alla donna è quindi riconosciuta una maggiore abilità in ambito culinario ma, come nel caso di Amadou, non è ritenuto svilente il fatto che un uomo si diletta in cucina. Al contrario: come quando mi parlava di trattorie, Falilou mi mostra con orgoglio alcune foto e mi spiega. “Questa l'ho cucinata con Matinou, questo era buonissimo, questa si era un po' bruciata ma è molto buona”.

Anche durante la cena con Mainul e Somrat alcuni episodi in cui è emerso il tema dei ruoli di genere a tavola meritano di essere raccontati.

“Insieme a me e Flavia, a loro due e a Alamin, bangladesi, c'è Mohamed, afghano. Sullo stesso tavolo ma poco più in là, due ospiti tunisini, anagraficamente più grandi, si preparano in velocità delle uova al sugo con salsa harissa<sup>31</sup> e un pane cotto in padella. Mohamed è seduto vicino agli uomini tunisini: mentre lamenta l'assenza di peperoncino nel riso che Mainul ha preparato per noi, inizia a tossire a causa delle esalazioni piccanti del piatto dei vicini. I due gli fanno il verso, riferendosi esplicitamente alla sua scarsa virilità, mentre si indirizzano a noi in un francese misto italiano: “Lui come femme”. A confermare involontariamente la loro tesi, anche io e Flavia ci troviamo in difficoltà al primo morso di peperoncino crudo che circola fra i commensali. Gli altri uomini lo consumano senza mostrare particolari difficoltà. Quando Mohamed chiede a Mainul in hindi perché non abbia usato peperoncino a sufficienza, lui spiega che è per rendere il piatto appetibile anche a noi italiane: ha messo 5 peperoncini in totale, ne avrebbe messi 10 per una ricetta per sole persone bangladesi. Non mi è chiaro se il riferimento a noi sia più legato alla dimensione del genere, a quella della nazionalità o ad

---

<sup>31</sup> Si tratta di una salsa piccante molto usata in Africa del Nord

entrambe. Le conversazioni che riporto dall'hindi e dal bangla fanno riferimento a traduzioni da me richieste ogni volta che intuisco che i ragazzi si stanno riferendo a me: si tratta quindi di reinterpretazioni di frasi fornite dagli stessi interlocutori.

Più volte, durante la cena, Somrat incalza con prese in giro all'amico Mainul per le sue doti culinarie. Quando gli dico "Bravo Mainul!" per complimentarmi del riso, lui si inserisce nel discorso e mi corregge "Brava!", Mainul sorride dicendomi con serenità che Somrat gli fa sempre notare la dimensione del genere legata all'atto di cucinare. Lo rassereno facendo notare quanto questa sua dote possa sicuramente tornare utile a tutti e quanto sia arricchente.

Quando c'è da aiutare ad apparecchiare e a sparecchiare, Mainul non accetta nessun tipo di supporto. Io e Flavia facciamo per dare una mano, ma lui si rifiuta. Ci stupisce il fatto che, pur decidendo io e Flavia di parlare in inglese tutta la sera per non appesantire i ragazzi con l'italiano, che maneggiano ancora poco, Mainul esplode con esclamazioni in italiano: "Lascia stare!", "Faccio io!" quando accenniamo a portare piatti verso la cucina. La necessità di veicolare un messaggio urgente lo porta oltre la timidezza e l'imbarazzo."

È il senso di dono, di ospitalità, su cui torneremo, a vincere su qualsiasi dettame legato al ruolo di genere.

## **2.5 Biryani e banana**

A Padova, una valida alternativa al "single men food" preparato in casa è il piatto di riso biryani comprato da Ali o Saddam, bangladesi proprietari di due negozi di kebab nel quartiere Arcella. Questa consuetudine appartiene più agli ospiti lavoratori di via Minio che non ai beneficiari dell'accoglienza in CAS perché, è inutile negarlo, il peso economico di un kebab o di un biryani, ossia 5 euro, non è trascurabile per chi ha diritto a un pocket money giornaliero di € 2.5 al giorno. Il biryani non mette d'accordo il palato tutti i palati, ma ognuno ci può apporre qualche variante per avvicinarlo al proprio gusto. Il compromesso non è accettato da tutti: il guardiano di via Minio, Djobo, mi racconta di non avere l'abitudine di mangiare fuori casa e che, da quando ha scoperto i suoi problemi di salute, lo evita del tutto, per limitare il dispendio economico e per mancanza di una fiducia di base nei confronti, come vedremo, dei gestori dei locali di ristorazione. Per i giovani è diverso, come emerge dalle mie note di campo:

“Questa sera non ho voglia di cucinare. Sono da Saddam in attesa che il mio haleem con chapati sia pronto. Entra Ahmed, ex ospite somalo tutt’ora in contatto con Popoli Insieme perché riferimento di molti altri somali in cerca di supporto abitativo. Inizio a parlare con lui, che in cinque minuti ottiene il suo piatto di riso biryani. È quasi mezz’ora che aspetto ma nessuno mi chiama. Mi chiedo come mai lui non abbia dovuto attendere. Mi accorgo che mangia una banana a morsi insieme alle cucchiariate cariche di riso. Deve averla comprata all’alimentari a fianco del locale di Saddam. Gli chiedo come mai questo affiancamento, mi spiega che in Somalia usa fare così, che l’abbinata merita, mi avvicina il piatto per chiedermi se voglio assaggiare. Dico di no, che aspetto le mie portate e che inizio a spazientirmi. Lui fa un gesto ai cuochi che mi avvicinano la busta con la mia cena da portare a casa. Ahmed mi spiega senza sorpresa che era tutto pronto ma che i camerieri non volevano interromperci. Capisco che lì Ahmed si sente a casa anche senza connazionali. Si sente a casa più di me. Si vede che è un cliente abituale. Anche se nel riso ci sono spezie diverse da quelle che metterebbe lui, sento che nel biryani che mangia con gusto è quella banana a fare la differenza.”

Oltre all’uso creativo di pietanze con cui si è in contatto, mi sorprende la consapevolezza con cui Ahmed agisce le sue scelte. L’uso di posate in un locale di ristorazione non è, per lui, una scelta neutra. Da Mainul, per esempio, soltanto Mohamed, il ragazzo afghano, usava il cucchiaino. Mainul, nello spiegarmi che ognuno sceglie se usare mani o posate, afferma che usando le mani si sentono meglio i sapori. Cosa che, fra l’altro, sembra essere confermata anche dalla scienza. Anche Nicola mi ha raccontato con ilarità di quanto accaduto la prima volta che si è trovato a dover pranzare in un appartamento con ospiti del Bangladesh arrivati da poco. Avendo trovato il cibo già pronto, per fare la sua parte ha disposto piatti, posate e fazzolettini alla postazione di ognuno. Quando il riso arriva in tavola, uno degli ospiti con delicatezza e nonchalance ritira le posate e le riporta in cucina. Porta altri fazzoletti, per pulire le mani ogni volta che si rende necessario, lasciando il mio collega Nicola senza parole.<sup>32</sup>

C’è chi, consapevole di essere a contatto con diverse consuetudini, decide di differenziare l’apparecchiatura quando ha ospiti italiani. È Novembre 2021 e Mamwaly vuole festeggiare il suo

---

<sup>32</sup> Dall’intervista a Nicola: “Quando gli ho chiesto “Voi come mangiate?” mi hanno indicato: “così” (fa il gesto). Anche se la mano è talmente zozza che non ti bastano poi due pezzetti di fazzoletto, quindi sono stati spesso in giro, hanno finito e sono andati a lavare le mani. È stato simpatico perché avevano queste mani piene di riso e anche quando ho voluto fare il selfie non hanno voluto pulirsi, anzi hanno voluto vedere con orgoglio queste mani.”

compleanno appena passato: ha invitato a casa due amici gambiani, una collega di lavoro e me, non in veste di operatrice quanto di compagna ortolana.

“La sua collega si è portata un amico e una bottiglia di vino. Mamwaly lascia che lo bevano. Al centro del tavolo ha messo dell’uva e due pacchi di Doritos da cui attingiamo indistintamente, in attesa del piatto principale.

Quando tutto è finalmente pronto, la tavola pare divisa in due: condividiamo le pietanze ma non gli spazi né i modi. Mamwaly porge a me e ai due italiani piatti di carta, forchette e cucchiari che riconosco appartenere al kit usa e getta che gli operatori hanno fornito ai beneficiari per pronto uso nel caso di positività al Covid. Ci versa una montagna di riso nel piatto e 6-7 tocchi di carne. Per il mio piatto lo fermo al quarto pezzo, assicurandogli con garbo che non si tratta di diffidenza nei confronti della pietanza. Per sé e per gli amici gambiani Mamwaly versa in un’unica grande ciotola abbondante riso con carne, poi la piazza nella loro metà di tavolo. Al centro restano l’uva e le Doritos.”

A Mamwaly ho detto che avrei mangiato volentieri anche da un unico grande piatto, come faceva lui con i suoi amici. Mi ha risposto facendo un cenno agli europei e agli usi diversi. Con il suo gesto e le poche parole mi ha mostrato una grande delicatezza nell’approccio al dialogo interculturale.

In via Minio, ho avuto modo di conversare con i ragazzi in merito a questo tema il 24 novembre 2022, durante un laboratorio semistrutturato sulla comunicazione interculturale tenuto da me.

“24 ottobre 2022

Siamo in via Minio. Devo tenere un workshop sulla comunicazione interculturale. Ci è stata fortemente richiesta dai volontari e abbiamo deciso di testarla su un gruppo ibrido, con la partecipazione attiva dei rifugiati. Fra i primi temi ad emergere, quello del cibo. Un volontario parla di come il mangiare con le mani non sia ben visto da molti italiani e chiede perché in Africa e in altre parti del mondo si mangi così. Amadou risponde chiedendo a sua volta perché gli italiani abbiano bisogno di mangiare con le posate. Racconta di come in Africa si mangi con le mani ma di come quelli che “vogliono fare come i bianchi” finiscano per mangiare anch’essi con le posate. Mi spiega che in appartamento si mangia come si vuole: alcuni con le mani, altri con le posate. Gli altri sono d’accordo con lui e fanno cenni di assenso.”



Se da un lato vediamo che, nonostante i pareri personali, quasi tutti riconoscono in una certa misura la libertà dell'individuo di scegliere come alimentarsi, il discorso è diverso per i due guardiani di via Minio, Djobo e Mintoumba, più anziani, con una storia di migrazione più lunga, molto più radicati alle usanze del loro paese. Nel loro caso, i giovani, fra cui i partecipanti al workshop di cui sopra, sono considerati molto "europei". La strada da perseguire, a loro dire, è quella delle tradizioni.

## 2.6 "Loro non sanno le conseguenze di questa pratica"

Anche di fronte al tema della salute vediamo un posizionamento sospettoso da parte di Djobo nei confronti di abitudini alimentari che siano diverse dalla sua. Forte di un passato da insegnante di biologia, Djobo mi parla del rischio di contrarre il beri-beri in caso di abuso di riso. Fa riferimento particolare a persone del Bangladesh:

D. Così ho visto che loro mangiano sempre riso: mattina, mezzogiorno e la sera. Loro non sanno bere the, fare the.

L. Loro non fanno the con latte? Mi sembrava di sì.

D. No: riso! Mattina riso, mezzogiorno, siccome la mattina vanno via, non so. La sera ancora riso! Ma il loro sistema di cucinare riso non è come il nostro. Prima loro mettono riso dentro l'acqua, fanno bollire, e dopo buttano via quest'acqua, mettono un'altra acqua e fino alla fine. Così loro fanno. Invece da noi non è così. [...] Ma personalmente penso che loro non sanno le conseguenze di questa pratica. Perché noi abbiamo imparato alla scuola che il riso ha una vitamina che loro buttano.

L.Okay, è l'amido?

D.Non è amido, non amido. Ho imparato...

L.Ma tu insegnavi a scuola?

D. Sì! Sciences naturelles. [...] Ma quello che insegniamo non è quello che abbiamo imparato a casa. A casa vediamo genitori cucinare e basta. Quello che noi insegniamo è quello che impariamo sui libri.

L. Tipo quello della vitamina del riso era una cosa di scuola.

D. Quello abbiamo imparato perché quello tempo abbiamo imparato che chi mangia riso sempre sempre ha problemi di beri-beri, è una malattia, beri-beri. Allora quando loro buttano

via questa acqua, è una maniera di creare questa malattia che si chiama beri-beri, perché chi mangia sempre sempre riso ha questa malattia.

L. Ora cerco... (faccio una ricerca su Google) vitamina B1.

D. B1, ecco!

L. E questa è nel riso o quando tu butti via l'acqua? Ora non ho guardato bene.

D. Secondo me loro quando buttano l'acqua, buttano via una vitamina. Quello che mangiano è un *riso senza niente*! Questa malattia di Beri-beri, una volta ho visto un reportage che, soprattutto in Bangladesh, quelli che vanno verso Thailandia hanno questa malattia.

L. Ma quelli del Mali anche, mi dicevi che mangiano sempre riso?

D. Vero, riso è primo piatto, ma ci sono altre cose, per esempio mais, fagioli, e altre cose che loro mangiano. Ma riso è primo piatto. E tutto questo riso è importato di Thailand e questi paesi vicino la Cina, loro vanno lì per comprare portare qui, mangiare. Invece da noi il primo piatto che è banku, noi facciamo mais, tutto è coltivato dentro il nostro paese. Questa è la differenza.

Sono molteplici, a mia opinione, gli elementi degni di attenzione che emergono in questo breve scambio. Sorprende la convinzione di Djobo che gli inquilini di via Minio non sappiano preparare il the, seppure sia una bevanda consumatissima in Bangladesh con il nome di *chai*, così come la certezza che le persone del Bangladesh ignorino le conseguenze di un consumo eccessivo di riso. La conoscenza scientifica dettata dalla professione mi viene spiegata da Djobo ma subito dopo arginata, con un taglio netto: le competenze in ambito strettamente culinario non si imparano a scuola né in università ma a casa. Incuriosisce il capovolgimento dell'ottica in merito al Mali: se poco prima era stato annoverato fra i paesi in cui il riso è il piatto centrale, ora che si parla di rischi legati al suo consumo la frase viene smussata citando accompagnamenti e alternative alimentari, quasi a sottintendere che ad ogni modo i costumi maliani siano meno nocivi di quelli del Bangladesh. In ultimo, si fa riferimento esplicito alla provenienza del riso, sottintendendo una maggior salubrità del chilometro zero. In comune fra questi spunti si può individuare, da parte di Djobo, una tendenza alla diffidenza proporzionale alla distanza geografica e culturale dal suo paese di provenienza, il Togo. Di fronte ad altri paesi africani, quindi, Djobo risulta sostenitore di usi e costumi togolesi. In un contesto più ampio, il supporto va all'intero continente africano.

Questo atteggiamento di diffidenza emerge anche quando con Djobo parliamo di luoghi di ristorazione, come vedremo più avanti. Per adesso mi soffermerò sugli aspetti in cui i miei interlocutori hanno spontaneamente fatto emergere legami impliciti tra alimentazione e salute.

Alessandra mi riporta che Djobo, tempo fa, le ha manifestato la necessità di curare i suoi reni nutrendosi con qualcosa di amaro di cui non riusciva a riferire il nome in italiano. Alessandra mi racconta di avergli portato, un giorno, tre cespi di radicchio di Chioggia e che Djobo, dopo averlo consumato, è stato subito molto meglio. “Sicuramente il radicchio di Chioggia non c'è in Togo!”, esclama Alessandra. L'evidenza scientifica, ad ogni modo, conferma che cibi amari abbiano proprietà diuretiche in grado di proteggere i reni e forse Djobo ne è a conoscenza. Tuttavia, non è l'unico ad esternare un'attenzione alla salute anche attraverso il suo modo di nutrirsi e le sue scelte alimentari.

È successo con Fadjiki, con Mohamed a cena da Mainul, con Falilou. Fadjiki mi racconta di quando, recatosi dal medico per dolori di stomaco, gli è stato consigliato di mangiare poche arachidi e poca frutta secca in generale per non esagerare con il sale. Afferma di trovarsi meglio, ora che mangia arachidi soltanto una o due volte al mese. “Abbiamo scoperto che era quello il problema”: in questo plurale leggo un atto di fiducia nei confronti del professionista riferimento. Il suo atteggiamento nei confronti dell'alimentazione, tuttavia, non è strettamente salutista.

F. Quando mangi, la Coca Cola fa bene, così si rutta, così aiuta a digerire. Se mangi cose troppo pesanti o sei pieno di olio o cosa, in genere si beve.

L. Cosa ti appesantisce fra le cose che mangi in Italia?

F. In Italia... Mangio pasta.

L. Ti appesantisce?

F. La pasta? No no no! Pasta dipende che mangi poco e dipende se hai problema. Per esempio burro di arachidi a volte capita di mangiare tanto, si fa magari. O il dolce, a volte tanto.

La bevanda dalla ricetta segreta divide le platee anche in via Minio, mi racconta Alessandra:

“E poi ieri a lezione ho sentito questa cosa sugli zuccheri, perché leggevamo una ricetta e sui galani c'è lo zucchero a velo. Quando abbiamo letto che nei galani c'è il vino bianco, Assane mi dice “Perché il vino bianco? Noi beviamo la Coca Cola” E io gli ho spiegato che non parliamo di bere insieme ma di mettere dentro una ricetta il vino bianco. E da lì si è scatenata sta cosa

sulla Coca Cola, uno diceva “Ma no, sono troppi zuccheri, non bisogna bere troppi zuccheri, la Coca Cola fa male, tutto zucchero, non si beve”. Amadou Traore sosteneva la Coca-Cola, Patrick era detrattore.”

Similmente, da Mainul si discute di Coca-Cola ma anche di pollo:

“Mentre mangiamo, Mohamed, già additato dai tunisini per presunta assenza di virilità a causa della scarsa sopportazione delle esalazioni di peperoncino, dice che non gli piace la Coca-Cola -presente in tavola- né il pollo.”

La presa di distanza dal pollo, quella sera, mi sorprende subito:

“Gli dico scherzando che è impossibile, che non ci credo neanche se lo vedo, gli faccio notare che lo sta mangiando, nel biryani. Mi spiega che gli piace, lo mangia se deve, ma che non ne conosce la provenienza. Che quello che trova in Italia è pollo che viene congelato, non carne fresca. Che al suo paese è diverso, che i polli si uccidono e si cucinano, che sai da dove viene. “It loses properties”, ci tiene a chiarire Mainul. Trovo questa frase fondamentale nel collocare i miei interlocutori in una tendenza contemporanea e globale di diffidenza verso alcune tipologie di cibo e, al contempo, di inevitabile uso o quantomeno di difficile rinuncia alle stesse.”

La diffidenza di Mohamed richiama quanto mi riporta Alessandra: “Altra convinzione è che la carne in Italia non ha lo stesso sapore che al loro paese. Quindi anche l'odore del cibo è diverso... La loro convinzione però è che devono mangiare la carne per essere forti; che, se non mangiano la carne, non sono forti per lavorare.”

Il timore di far penetrare nel proprio corpo cibi ritenuti non salutari preoccupa costantemente i miei interlocutori, eppure è una percezione del rischio assolutamente soggettiva. Come mi racconta Alessandra:

“Una cosa che mi ha sempre incuriosito ma per cui non mi hanno mai dato una spiegazione, e secondo me è un’usanza terribile, anche ora che hanno cambiato i sacchetti di plastica, ma un

tempo lo facevano con la plastica, è che sulla pentola loro mettono un sacchetto di plastica e sopra ancora il coperchio. Questa cosa mi è tornata alla vista proprio ieri che ho visto questo sacchetto della Lidl, io ho pensato “ma hai idea delle diossine che trasuda questo cibo poi?”, queste sostanze dannose. [...] La motivazione che mi hanno dato è del vapore, ma è una cosa che mi stupisce molto perché ad esempio ieri guardavo i fornelli e la pentola dei maliani ce l'aveva e la pentola dei gambiani no. Allora mi sono chiesta: è una cosa di nazionalità? Oltre che è una cosa che a livello di salute, insomma... Adesso sono i sacchetti biodegradabili, un tempo no. Pensiamo ai sacchetti dell'African Market, che ancora usano quelli di plastica... Perché una cosa che non sono mai riuscita a trasmettere è la dannosità del cibo cucinato in questo modo!”

Ascoltando Alessandra, penso alla pila di pentole di Mainul e Somrat e alle numerose tattiche che si possono attuare per raggiungere uno stesso risultato: quello di un riso compatto, non scotto.

Fra le preoccupazioni inerenti alla salute, emerge di tanto in tanto anche quella legata all'apparenza fisica, alla sensazione di gonfiore. Non mi sorprende che questo pensiero, nell'intervista con Falilou, emerga in relazione ad un alimento africano e non al cibo delle trattorie che il ragazzo togolese mi racconta di aver scoperto di recente.

L. Il fufu invece lo fai mai?

F. Sai che il fufu a casa mia non si fa con la farina, si fa con yam o platano. Platano più in Costa d'Avorio, da me più yam. Lo cucini e diventa morbido. Hai un coso tipo tronco di una pianta scolpita bene che serve per battere bene, da noi si chiama *soyya*, un bastone stretto e grande. Lo batti fino a che diventa morbido. Qua ho visto che c'è farina per fufu ma ho visto che mangiandola prendevo peso, diventavo grosso, ho detto no. Ingrassavo, non l'ho notato solo io. Anche la moglie del mio amico e altri amici che erano con me a casa, hanno visto che stavo salendo alle stelle. Quando non lo prendo, il gonfiore scende. Ad Abubakar ho insegnato io a farlo, anche io lo facevo. C'è uno che è giallo, si trova dai cinesi, fa molto volume, è grano un po' grosso, è diverso dallo yam che è fino. Costa sei euro, dai cinesi. Ma non vedi il risultato giusto come con il vero yam. Con lo yam vero va bene, ma qua non ho la cosa per schiacciare.

L. Ma non è che magari di quello in polvere ne mangi di più, dato che non lo devi preparare?

F. Forse, in via Viotti mangiavo tanto, veramente, appena arrivato.

L. Poi dovrai darmi una ricetta per fare una salsa, dato che mi sono comprata anche io un fufu di yam e platano da Ethnic World!

F. Se vuoi una cosa semplice semplice è: metti la carne che vuoi, inizi già a mettere cipolla e tutto quello che serve per il brodo, poi il pomodoro ma non troppo che diventa massa pesante, lo metti poco, leggero, non è sugo come riso o pasta, deve essere leggero per fufu. Questo è semplice, se lo vuoi complicato puoi fare anche con pesce, quello da frigo congelato del negozio.

Falilou è stato ospitato da Popoli Insieme dopo un periodo passato in strada. Non mi sorprende la sua avidità, l'ho vista spesso in ragazzi che, come lui, trovano riparo dopo notti in stazione. Si rilassano, si nutrono, a volte si ammalano anche, quasi il corpo si autorizzasse finalmente a cedere, a non tenere più la presa salda come durante il viaggio. Sapere che ha lasciato la fame alle spalle e che può preoccuparsi della forma fisica mi commuove un po'.

## 2.7 Fare la spesa

I negozi africani a Padova sono luoghi che sono profondamente mutati negli ultimi anni. Prima costituivano uno spazio di completa alterità, in cui trovare persone italiane era rarissimo. Oggi, grazie ad una catena di negozi con prodotti importati aperta da un imprenditore locale (Ethnic World), è presente una proposta di ingredienti provenienti da altri contesti geografici ma inserita nel mercato tramite un'operazione di marketing che la rende anche "a portata di italiano". Le insegne sono in italiano, le corsie ben separate fra di loro, i commessi sia italiani che non<sup>33</sup>. Questo comporta un cambio nella frequentazione e quindi anche nel significato che viene dato a questi spazi. Quasi in parallelo, sono cambiate anche le linee guida da seguire per provvedere ai bisogni alimentari dei richiedenti asilo. Un tempo, oltre ai pocket money, ogni richiedente asilo accolto in CAS da Popoli Insieme riceveva il suo "food money". Questo sistema permetteva al beneficiario massima libertà nel gestire l'alimentazione.

"A Popoli Insieme noi prendevamo 215 euro fra pocket money e quelli del cibo. Quando facevo la spesa, prendevo un sacco di riso da 18 kg e gli ingredienti che mi servono, la carne la prendevo ogni settimana perché eravamo tanti e il frigo è piccolo, quindi prendevo manzo e

---

<sup>33</sup> Gli addetti al reparto macelleria sono perlopiù nordafricani, ho ricondotto questa osservazione all'ipotesi che venga prediletta una persona di fede musulmana per maneggiare la carne halal.

due o tre polli. Pagavo massimo 100 euro. Arrivavo a fine mese che restava ancora cibo della volta prima, allora compravo un po' meno, fino a che non avevo più bisogno di soldi per prendere le robe, avevo soldi in più e non dovevo aspettare sempre i soldi di Popoli Insieme per vivere.”

Falilou, che è stato ospite di Popoli Insieme quando ancora il metodo adottato era quello del trasferimento di soldi sia per il cibo che per il pocket money, mi spiega che non avrebbe mai potuto accettare il cambio imposto dal nuovo capitolato di gara. Mi ribadisce che, appena entrato in appartamento, aveva sempre fame. Che fare colazione con fette biscottate sarebbe stato ridicolo per lui, per “uno appena arrivato dall’Africa”.

Quando commento il fatto che molti centri forniscono direttamente a casa i pasti pronti, provenienti da una mensa, Falilou mi spiega che, per quanto poco graditi, non finiscono mai completamente buttati.

“Nella cooperativa del mio amico arriva una scatola, tipo frigo, la appoggiano fuori e vanno via. Una volta ho chiesto cosa fosse, mi hanno spiegato che era il cibo. Pochi lo mangiano! Un mio amico regalava a suoi amici che non avevano una casa.”

Da queste dinamiche si evince come gli ospiti dei centri di accoglienza straordinaria preferiscano spendere il proprio pocket money per mangiare il proprio cibo piuttosto che accettare quello italiano fornito dagli enti ospitanti. La tipologia ideale di luogo per fare acquisti è, per i miei interlocutori, il supermarket o alimentari con prodotti importati dalle loro aree di provenienza. Numerose volte mi è capitato di andarci, sia da sola che per accompagnare ospiti, soprattutto nel caso in cui dovessero comprare cibo per occasioni conviviali. Agli operatori di Popoli Insieme è chiara l’importanza che gli ospiti danno a questi spazi: non soltanto spazi di rifornimento, ma anche di riferimento. Eppure, non tutti gli interlocutori concordano sul fatto che sia imprescindibile rifornirsi lì. Per molti, l’African Market è più uno spazio di ritrovo in cui conoscere connazionali o, in senso più ampio, persone straniere, che vivono gli interstizi della città. Dal racconto degli intervistati emerge che, con il tempo, il rifornimento unico presso gli African Market lasci spazio anche alla frequentazione di altri supermercati, soprattutto discount. Gli operatori che ho intervistato descrivono la tendenza a prenderne come riferimento uno in particolare, che in genere è quello più vicino casa. Per esempio, Fadjiki, parlandomi del burro di arachidi che compra per cucinare il mafe, mi dice: “Guarda, qui si trova anche al supermercato italiano, io lo trovo sempre al Prix. African Market è caro, si trova ma è caro”. Fadjiki, continuando a spiegarmi, fa poi

riferimento al fatto che questo negozio è ora “roba di cinesi”. Capisco allora che si riferisce non all’African Market ma all’Asia Africa Market, grande spazio vicino alla stazione di Padova, frequentato da numerose persone straniere sia di origine asiatica che africana. “Ogni cosa che si trova in Africa, si trova anche lì. Ma il burro di arachidi lo compro al Prix”, prosegue Fadjiki. Quando chiedo informazioni sui prezzi mi dice che la differenza è minima, ma le qualità diverse. Quando decido di chiedere più esplicitamente le preferenze di Fadjiki in termini di acquisti alimentari, nello specifico fra Prix e African Market, mi risponde “Prix tanto. African Market poco, solo se c’è qualcosa di specifico vado lì. Il giovedì faccio la spesa al Prix.”. Proseguo il dialogo con Fadjiki pensando nello specifico all’acquisto di carne halal e chiedo: “La carne la prendi al Prix?”. “Carne no. Pollo sì.” Consapevole della distinzione che molti ospiti fanno fra “carne”, intesa come carne rossa, e pollo, non considerato carne, proseguo chiedendo a Fadjiki dove faccia rifornimento di carne. “Mangio poca carne. Mangio tanto pollo. Carne poco.” Mi dice che compra la carne nei negozi halal, ma il pollo al Prix. Ripensando all’incertezza di Mohamed riguardo la provenienza del pollo, mi faccio spiegare meglio da Fadjiki questa distinzione e chiedo se al Prix sia indicato se la carne è halal o meno, se il pollo halal esista o no. La risposta di Fadjiki mi spiazza per la sua semplicità. “Io compro e gli altri comprano, quindi basta che non sia scaduto!”.

Per molti, acquistare presso negozi dal sapore familiare è una garanzia di qualità o di liceità, nel senso che c’è la certezza di accedere a cibo halal, lecito. Mainul, quando mi ha invitato a cena per insegnarmi come si prepara il biryani, ha presentato sul tavolo anche fritti di gambero e involtini primavera. Vedendo lui e Somrat armeggiare con la confezione, capisco che non hanno l’abitudine di acquistare questo genere di surgelati, forse li maneggiano per la prima volta, non capiscono le istruzioni per prepararli. Valutano le indicazioni per friggere, discutono sul calore dell’olio, non sanno spiegare a Mohamed di che animale si tratti. Giungo all’ipotesi che abbiano comprato un piccolo corredo al riso soltanto per non fare brutta figura con noi condividendo il solo riso biryani. Rassicurano Mohamed spiegando che hanno comprato tutto al negozio di Saddam. Che, tradotto, sta a significare: “Tranquillo, è lecito, è halal”.

La scelta degli African Market ha indubbiamente molto a che vedere con la fiducia. Non è un caso, infatti, che a rifornirsi presso discount italiani siano tendenzialmente coloro che abitano a Padova da più tempo e quelli fra i neoarrivati che hanno un legame meno forte con il paese di origine e una grande apertura nei confronti di usi e costumi occidentali. Meno si sente di appartenere al territorio, più si cercano spazi interstiziali in cui ritrovarsi. Che sia con i connazionali o anche soltanto con altri migranti in cerca di un luogo a cui appartenere.



## 2.8 Abbiamo scoperto che mangiare fuori non è bene

Qualunque sia la preferenza dei miei interlocutori in termini di supermercato, resta il fatto che la spesa è quasi sempre giornaliera. Alessandra mi elenca una serie di motivazioni a riguardo: l'abitudine, la disponibilità economica, la mancanza di spazio e di fiducia nei confronti dei coinquilini. Djobo mi racconta che cucina un sugo per qualche giorno, a cui poi affianca di volta in volta il riso necessario: così ha trovato un equilibrio fra la comodità del cibo pronto e l'evitamento del rischio di vedere il proprio cibo sparire. Fadjiki è testimone degli anni in cui alcuni ospiti costrinsero gli operatori degli appartamenti CAS all'acquisto di costosi armadietti con lucchetto perché i furti erano all'ordine del giorno e, insieme a loro, le discussioni. Oggi, mi spiega, per fortuna non ce n'è più stato bisogno. Mi viene in mente Taju che urla per i suoi cubetti di Maggi sparsi ovunque, rubati anche con l'armadietto chiuso. Ricordo Alamine che si lamenta con me del cibo scomparso poco dopo l'acquisto. "Prendere va bene, ma devi rubare poco poco. Devi sempre lasciare qualcosa. Così va bene. Ma rubare tanto, questo no!" mi dice mentre cerca invano la sua spesa. Le parole di Fadjiki, quindi, mi sollevano. Alessandra mi aggiorna su via Minio. Mi racconta che è successo soltanto una volta che ci fossero furti ripetuti di uova, che generalmente ad essere additati sono i senegalesi, che c'è un buon livello di empatia nei confronti di chi vive situazioni di difficoltà economica ma che, quando una persona approfitta della generosità altrui, la cosa non passa in sordina. La quantità di cibo presente in armadietto era monitorata soprattutto negli anni scorsi, mi spiega:

"Nel 2017 non tutti lavoravano con uno stipendio da 1200 euro, tanta gente era alla ricerca, non lavorava, tanti erano in tirocinio; quindi, questa cosa non era vista bene, mangiare tutti i giorni così, cose altrui. Anche io ho sempre cercato di fare in modo che loro condividessero, il fatto che loro non abbiano da mangiare è molto umiliante. Non è che ti vengono a dire "Oh amico non ho la cena, non è che posso mangiare?", quindi se io percepivo questa cosa, spesso con una persona della stessa nazionalità dell'ospite, il giorno che accoglievamo una nuova persona o nei giorni immediatamente successivi dicevo: "Cucina un po' di più, così mangia anche Tizio". Poi però ho capito anche che il fatto che il gesto venga ricambiato è molto importante. Poi sì, solo due ospiti avevano messo la catenella perché i loro armadietti non venissero aperti."

Alessandra mi specifica che ora nessuno più ha un armadietto personale, che il clima è più rilassato, probabilmente anche come conseguenza del fatto che i venti ospiti della struttura di seconda accoglienza sono quasi tutti lavoratori in situazione di semiautonomia, in grado di provvedere autonomamente al proprio sostentamento e, in caso di necessità, a quello altrui. Ciò non toglie che ognuno provveda alla spesa per conto suo, facendo personalissime valutazioni su dove andare e cosa comprare.

Ad esempio, si tende a scegliere una persona di fede islamica per l'acquisto della carne, come emerge da quanto mi riferisce Fadjiki:

[...]

F. Se voglio comprare la carne vado in stazione, c'è un marocchino, lì è meglio.

L. Come qualità o perché è halal?

F. Sono già abituato a prendere halal perché comunque tutti lì prendono halal. Dal cinese non vado tanto, a parte pollo non prendo carne lì. Non mi fido tanto di loro. Possono vendere un altro pezzo di carne che sia manzo, sono capaci di fare, non mi fido tanto. Se ho bisogno di carne vado dal marocchino oppure c'è un altro pakistano vicino al cinese, vado di là.

L'attenzione degli ospiti si sofferma anche sulla presenza di carne di maiale o dei suoi derivati, mi spiega Alessandra:

“L'altro grosso timore che hanno, e per cui sono seriali nell'acquisto, cioè loro comprano sempre le stesse cose, perché sono terrorizzati che ci sia strutto, maiale e altro. Tipo è successo una volta che una persona aveva comprato delle piadine e c'era scritto “Con olio di oliva”. Io lo giro e vedo che sì, non c'era lo strutto, ma c'era l'alcool per conservarli. E allora ho detto “Guarda, Sami...”. Io glielo dico. Io gli insegno a leggere bene le etichette. Sì sì: io glielo dico. Infatti poi quel giorno me le hanno regalate, e poi sì, anche quando facevo le spese per il CAS, durante il COVID, facevo attenzione e poi gli facevo leggere.”

Alessandra ed io abbiamo provveduto assieme agli acquisti alimentari in uno degli appartamenti, nel periodo del primo lockdown.

“Sono seriali nel controllare o prendere sempre le stesse cose?”, chiedo a Alessandra, incuriosita dal termine che ha usato.

“Tipo: il pane si compra all'INS. Non è che sto tornando da lavoro e, per comodità, mi fermo al Despar. Io compro all'INS e vado all'INS, anche solo per schemi.”

Proprio dall'abitudine a tornare negli stessi luoghi si stabilisce un senso di appartenenza agli spazi che contribuisce a generare fiducia. Il supermercato presso cui ci si reca quotidianamente diventa quello in cui ci si muove serenamente anche senza padroneggiare completamente la lingua e gli scaffali. Vedo questo tratto abitudinario particolarmente sviluppato nelle stesse persone che hanno ben chiaro in mente il limite, già menzionato, fra un “noi” e un “loro”: Djobo dosa la sua fiducia con il contagocce, non la concede con la stessa facilità di Ahmed, che compra riso biryani bangladese da mangiare con la banana per farlo somigliare di più ai piatti somali. Djobo stesso, infatti, mi parla di un ristorante nigeriano a Padova dove c'è la possibilità di ordinare il banku, ma subito ne prende le distanze:

“Io non sono mai stato lì dentro. Non sono abituato ad andare fuori per mangiare. Sono abituato a cucinare. Per esempio, per mangiare a lavoro sono abituato a portare un panino che ho fatto qui. Ci metto il sugo con carne, per esempio”.

Lo vedo molto fermo sull'idea, domando come mai questa rigidità. Mi risponde:

D. Adesso abbiamo scoperto che mangiare fuori non è bene, soprattutto in Africa. C'è gente che mette carne di uomini. Allora abbiamo visto che meglio mangiare da sé, a casa sua. Perché carne di fuori o di ristorante di fuori ci sono tante cose che possono essere dentro.”

L. Ma in Togo?

D. Anche in Camerun, Nigeria...Loro fanno questo. E ci mandano con Whatsapp per dire che ci sono persone che fanno questo, che bisogna fare attenzione.

L. E in Italia?

D. In Italia no. Loro fanno controllo, ed è meglio così. Ma in Africa...! Bisogna fare attenzione, loro ci mandano informazioni su WhatsApp. Bisogna fare attenzione, soprattutto mangiare fuori... no.

L. Ti volevo chiedere poi: in Italia sì ci sono i controlli, però le certificazioni halal... magari se più tranquillo, su questo fronte, in Togo? Qui come fai? La carne la prendi all'INS, al Prix, o in posti halal?

D. C'è un mercato vicino al cinese, vicino alla posta. Loro vendono carne di mucca, carne di tutto. Io vado lì per comprare. Poi c'è un altro negozio dietro la stazione, verso il negozio dei pakistani.

L. Sì, quello dei marocchini, ho capito.

D. C'è un altro, un negozio di italiani, ma loro adesso hanno perso clienti perché loro prima hanno clienti ma adesso loro non hanno persone, clienti, solo perché vendono il maiale. Per esempio, io non sono più andato lì.<sup>34</sup>

L. Perché se già vedi che c'è maiale non puoi vedere se mescolano...?

D. Già. Invece dove ho parlato, vicino alla posta, lì non c'è maiale, perché anche il proprietario è musulmano: lui non può.

Ad occhi inesperti, l'alimentazione di Djobo può sembrare frugale, invece così non è. D'altronde il cibo è qualcosa che entra dentro al corpo per restarci e la pratica alimentare è fondamentale per distinguersi dagli altri. Me lo mette nero su bianco, Djobo:

D. Ognuno fa quello che vuole. Io e Mintoumba siamo dello stesso paese ma non mangiamo insieme. Ognuno cucina il suo cibo. Non puoi vedere qualcuno mangiare con gli altri. È possibile che persone dello stesso paese mangiano insieme, ma si sono conosciuti qui. Ma questo non va bene.

L. Cosa?

D. Questo, mangiare insieme.

L. Perché?

D. Perché abbiamo origini diverse. Forse il gusto di questo cibo non va bene per tutti.

## **2.9 Un piatto in frigo, l'altro sul tavolo**

Cambia la quantità e la qualità del cibo di cui i miei interlocutori si nutrono, cambiano le rappresentazioni legate al genere nella sfera domestica e culinaria, mutano le modalità di preparazione e mi chiedo cosa resta. La costante fra le risposte che trovo è una: il dono. Quando si tratta di essere ospitali e condividere

---

<sup>34</sup> Il riferimento è allo stesso "Ethnic World" già citato in precedenza

un pasto, una serie di altri elementi perdono importanza: i ruoli di genere<sup>35</sup>, l'estrazione sociale, le possibilità economiche. Non importa cosa si ha a disposizione, ci sarà di certo qualcosa da donare.

Nicola mi racconta di un ospite pakistano appena arrivato, in attesa di ricevere la sua prima derrata alimentare. Pur ritrovatosi in appartamento con altri connazionali, lui parla urdu e gli altri pashtu. La comunicazione risulta complicata ma questo non impedisce un moto di generosità nei suoi confronti: gli altri, mi spiega Nicola, gli illustrano a gesti dove si trovano gli ingredienti per cucinare qualcosa.

“In quel momento è venuto fuori il “non so cucinare””, mi spiega Nicola, che decide di insegnargli a preparare un riso con patate, carote e cipolle che potesse avvicinarsi ai suoi gusti. Nicola è osservato dai ragazzi pakistani mentre cucina per il nuovo ospite, non si capisce se a incuriosire sia la dimensione del genere o la ricetta che cerca invano di avvicinarsi ai piatti della loro tradizione. L'indomani, tutti i coinquilini decidono di invitare gli operatori per una cena insieme. Nicola si sorprende di come i ragazzi pakistani esplicitino la richiesta che fossero gli operatori a mangiare prima di loro, viste le ristrette dimensioni del tavolo. Lui e i colleghi si oppongono, fanno spazio sulla tavola per disporre il buffet e propongono di mangiare sul divano.

Gli operatori dell'accoglienza sono quelli che più di frequente ricevono doni culinari da parte degli ospiti. Molte volte, quando ero operatrice, mi è capitato che mi venisse offerto fried rice alle tre del pomeriggio. Oggi, il cambiamento dei flussi migratori si traduce nelle cucine delle strutture di accoglienza: nell'offerta di chapati con carne invece di jollof rice, del kabuli pulao invece del mafe.

Ancora una volta, fra l'accoglienza CAS e quella di via Minio possiamo identificare alcune differenze. In via Minio la proposta di condividere i pasti è, a detta di tutti gli operatori, meno insistente e più spesso si limita all'offerta di *ataya*, the senegalese. Nonostante ciò, Alessandra mi parla del Ramadan in via Minio come di un momento in cui si stravolge lo schema che normalmente si mantiene nelle strutture di accoglienza.

“A me piace molto nel periodo di Ramadan quando arrivo in via Minio e, veniva fatto di più in passato, ma anche ora spesso c'è il cesto di frutta che a turno qualcuno compra e mette a disposizione degli altri. Questa è una cosa che fa sentire a casa. [...] In linea di massima si suddividono per nazionalità. In Ramadan è molto più condivisa la cosa. Anche la cucina è uno

---

<sup>35</sup> Non sempre, mi è capitato di essere invitata da una famiglia con padre proveniente dal Sud Sudan e madre etiopica e di consumare il pasto soltanto con la donna mentre il mio collega uomo restava con l'uomo.

spazio in cui si ritrovano. Tipo in Minio spesso funziona che se io non ho un altro cucina il riso e mettiamo tutto insieme, questo è sempre stato così. O io torno prima da lavoro, comincio a cucinare e tu trovi pronto quando torni. I cibi sono mafe, riso grasso (riz gras), che è cucinato nel pomodoro con pesce o carne fritti e verdure fritte, questi sono quelli di base. I togolesi mangiano il banku, gli altri il riso, pasta non l'ho quasi mai vista.”

Non si può negare, in effetti, che il Ramadan spezzi la quotidianità a favore di una maggiore generosità e una più profonda volontà di condivisione.

“Murad è un ospite libico del CAS che ha sempre avuto difficoltà a relazionarsi con gli altri ospiti a causa della cattiva esperienza che i suoi coinquilini hanno avuto nel suo paese di provenienza. La sua timidezza, mista alle scarse relazioni con gli altri richiedenti asilo, fa sì che si relazioni in modo molto più profondo con gli operatori di Popoli Insieme che si fanno, in qualche modo, sua figura di riferimento. Da prima dell’inizio del Ramadan, Murad mi ha cercato, mi ha scritto più volte per ribadire l’invito a casa sua uno dei venerdì di Ramadan. Per vari motivi ho dovuto rimandare più volte, fino a che non è arrivata l’ultima sera di iftar prima della fine del Ramadan. Murad, quando gli confermo la mia disponibilità, invita anche tutti gli altri colleghi. Ci accoglie in casa con un sorriso, è sudato per colpa del calore dei fornelli. Prima del nostro arrivo, ha cucinato un’enorme coscia di agnello che posa su un letto di riso e frutta secca, ma anche involtini di vite con riso, patate ripiene di carne, una frittata di erbe, insalata di cetrioli e pomodoro, involtini di *malfuf* (cavolo cappuccio), *kofta*, *rqaqat jibneh* (rotolini di pasta fillo frita con formaggio). Scopro che ha invitato anche le suore che hanno messo a disposizione gli spazi per accogliere lui e gli altri inquilini: ceneranno con noi. Vedo la sua tensione, conta i minuti e, allo scoccare dell’iftar, il suo primo gesto dopo la preghiera è quello di accendersi una sigaretta. Il cibo è in tavola, aspettiamo Murad seduti, quattro operatori e quattro altri inquilini, ma si fa attendere. Torna con un’espressione provata. Lo invito a sedersi, forse fumare una sigaretta dopo il digiuno e dopo un mese di astinenza forse non è l’idea migliore. Lui sorride, si siede con noi. Ancora non mangia, dice di aver bisogno di un attimo ma che la sigaretta gli era mancata più del cibo. Riprende le forze e ci illustra i piatti in tavola. “Ho fatto piatti di vari paesi: c’è Libano, perché ci sei tu, c’è Egitto, c’è Libia, c’è Giordania.”. Fa un discorso sentito, in italiano, per ringraziare tutti coloro che lo stanno aiutando nel suo percorso in Italia. Le suore lo guardano ammirate. Io e i miei colleghi sapevamo di poterci

aspettare qualcosa di simile, ma restiamo ugualmente soddisfatti nel vederlo sereno. Vedo nel suo sforzo nel comunicare in una lingua straniera la sua voglia di avvicinarsi, di non essere stigmatizzato per le sue origini, di tendere la mano. Nel modo con cui ha disposto i piatti a tavola vedo la cura che il suo corpo imponente ben nasconde.”

L’analisi della modalità di relazionarsi tramite il cibo fa emergere, quindi, alcune divergenze fra il CAS e la seconda accoglienza, nel caso di Popoli Insieme. Nella relazione fra gli ospiti del CAS e gli operatori di riferimento, vediamo riflesso il vincolo di potere che pone i dipendenti dell’ente ospitante su un piano di superiorità rispetto al beneficiario del pocket money. Per quanto il riconoscimento di un pocket money sia un vincolo posto dalla Prefettura, ciò non toglie che spesso gli ospiti si sentano in qualche modo debitori rispetto all’ente ospitante, con proporzioni variabili di gratitudine e senso di dovere. Inoltre, le loro spese di sostentamento sono in ogni caso minori rispetto a quelle di chi non è accolto come richiedente asilo. Questo aiuta a circostanziare gli inviti di cui sopra, pur senza privarli del loro valore. Nel caso della seconda accoglienza, il fatto che l’accoglienza sia offerta in forma assolutamente gratuita ma che non si provveda alla fornitura di alcun genere alimentare contribuisce a spiegare perché l’offerta agli ospiti, operatori o volontari, sia più parca e verta soprattutto su frutta e the.

Al fianco di questa istantanea sincronica va posta quella diacronica che raffigura il modo in cui gli ospiti, con il passare del tempo, cambiano il loro modo di rapportarsi con gli operatori negli spazi culinari. Lucky, uscito dall’accoglienza CAS di Popoli Insieme nel 2018, ha invitato nel 2019 tutto lo staff, composto all’epoca da sole cinque persone, a cena per inaugurare la sua nuova sistemazione, una volta ottenuti i documenti. Da uomo che, accolto per anni insieme a quattro altre persone in appartamento, ha sempre cucinato solo quello che già abbiamo definito come “single men food”, per una sera Lucky, inaugurando il piccolo appartamento dove vive finalmente in autonomia, mostra di essere l’ospite perfetto, proprio come Murad. Anche Fadjiki con il passare degli anni è uscito dal percorso di accoglienza ottenendo una forma di protezione e, invece di lasciare l’accoglienza, è rimasto a Popoli Insieme come guardiano serale di una delle strutture di accoglienza. Da allora, incrocia gli operatori soltanto di rado. Nicola, la volta in cui mi ha raccontato l’episodio del “risotto” di Fadjiki, ha sottolineato con sorpresa la sua generosità:

“Buono era buono, anche lui un po' piccantino, come è giusto che sia. Non era un risotto, però è stato simpatico il fatto che lui lo abbia chiamato risotto. E abbiamo mangiato assieme e in realtà me ne voleva dare una bella spadellata e io gli ho detto solo un assaggio, mi ha servito

questo piattone e me ne aveva preparato un secondo piatto. Uno in frigo, e l'altro sul tavolo. È stato simpatico anche perché davvero lui non capita quasi mai di trovarlo in casa e quindi è bello.”

Quando cambia la relazione con l'altro, cambia anche il dono nei suoi confronti. Penso al fatto che, con il crescere della mia confidenza con la famiglia di Amida, ex ospite etiope del CAS, sia calata anche la formalità nei porsì e la struttura formale dei piatti offerti. Quando ero operatrice di riferimento del suo nucleo familiare, la carne sopra l'injera era onnipresente; ora abbondano shirò e verdure alla curcuma. La prima volta che sono stata a casa sua dopo l'uscita della sua famiglia dal CAS mi ha preparato un caffè che, con occhio attento a tutto ciò che ha fatto da contorno durante la sua preparazione, era palesemente il risultato di una cerimonia del caffè etiope. Tale cerimonia non ha mai visto repliche nei miei successivi passaggi a casa sua, dove vado sempre più spesso per due chiacchiere o per vedere come stanno i figli. Potrei chiamarlo un abbassamento di standard, invece per me è lo spiazzante relax che si prova quando ci si sente a proprio agio, ci si avvicina di più all'essenza, al nocciolo di autenticità delle persone. Quell'avvicinamento che culmina nell'atto di condividere la stessa pagnotta in silenzio, che comunica senza parlare, quell'atto di dono che da reverenziale si fa essenziale.

Proprio perché il dono cambia in relazione al rapporto fra donatore e destinatario è rilevante mostrare come, con il crescere di un legame che si fa sempre più orizzontale e meno gerarchico, cambino le richieste e le reazioni al loro diniego, come emerge dall'episodio riportato di seguito nell'estratto del mio diario di campo che, pur non strettamente legato a Popoli Insieme, vale la pena riportare:

“30 Agosto 2021

Tornando dall'esame, in stazione incontro Efe<sup>36</sup>. Mi chiede se la accompagno a comprare dei *chin-chin*, uno snack nigeriano, in un African Market. Mentre siamo dentro al negozio mi dice che, ultimamente, ha scoperto il cous-cous e le piace tantissimo. La sera torna sul tema e mi manda un messaggio chiedendomi se fossi disposta a cucinare del cous-cous per lei. Non essendo il mio piatto forte, rifiuto. Lei insiste. Mi tiro indietro più volte, tirando in ballo il fatto che non so cucinarlo bene né all'italiana né tantomeno alla marocchina, ma Efe non ne vuole sapere. Alla fine mi esplicita il suo malcontento e si mostra offesa. Interpreta il mio rifiuto

---

<sup>36</sup> Persona rifugiata nigeriana che conosco dal 2018 grazie a Boramosa APS, associazione che si occupa di persone migranti LGBT+ nel territorio padovano, di cui sono cofondatrice



come mancanza di interesse verso la sua richiesta. In due parole, come un muro. Le spiego la mia umile motivazione al rifiuto, ma nell'immediato non troviamo una vera soluzione all'incomprensione.”

La portata intima che ha, per Djobo, l'atto di mangiare si perde nelle occasioni conviviali, durante le quali il cibo non è più strumento di delimitazione della propria identità ma oggetto con cui ci si avvicina alla conoscenza dell'altro. Mangiare insieme non va bene nella misura in cui c'è il rischio di perdere qualcosa di sé, confondendolo con gli altri, ma va bene se in questa confusione si crea vicinanza e convivialità. E d'altronde si sa che le feste sono tali proprio perché rompono l'ordinarietà, mescolano, sovrappongono, generano incontri.

Fadjiki mi racconta della volta che, arrivato da poco in Italia, i volontari di Popoli Insieme lo hanno messo a cucinare per un gruppo di italiani all'Osteria di Fuori Porta, a Padova.

F. Il miglio è il cereale dei maliani. Tante cose sono di miglio. Ma quando c'è una festa con italiani, io preferisco cucinare riso. Quando siamo venuti abbiamo proposto di fare polenta con il miglio, siamo andati a un ristorante in Arcella con Sara, mi sembra verso cena. Questo è un ristorante vicino alla stazione. Sono andato là e ho fatto questa polenta ma è diventata amara; quindi, se non c'è questo ingrediente per togliere l'amaro non si può fare, non si può usare il miglio per fare questa polenta.

L. E tu non avevi fatto una prova, prima?

F. No no... Eh, Sara aveva portato tanto miglio dall'African Market, ne abbiamo fatto tanto.

L. E alla fine cosa hai fatto?

F. Per fortuna non avevamo fatto solo la polenta di miglio. Abbiamo fatto anche risotto, cous cous, per fortuna. Nessuno ha mangiato la polenta, comunque.

Del suo modo di raccontare a me la serata, oggi, risalta soprattutto l'enfasi che pone sulle definizioni italiane dei piatti che ha cucinato: polenta, risotto. “Cucinare per gli altri è il primo modo di scendere a compromessi”, penso ascoltandolo. Negoziare definizioni, modalità di preparazione e di consumo, ingredienti. In nome di cosa? Della serenità dello stare insieme, ipotizzo.

Proprio per l'investimento personale in questo atto di negoziazione, il cibo finisce per caricarsi di significati e il suo rifiuto è recepito come sineddotico. Lo nota la mia collega Alessandra, ne ho esperienza

diretta anche io. Ricordo quando nel 2016, nel periodo in cui lavoravo in una cooperativa sociale, James litigò con un altro ospite per poter essere lui, e nessun altro, a cucinarmi il pranzo. Venni a sapere della lite fra i due ospiti soltanto quando già avevo annunciato a James di avere una leggera influenza intestinale. Avevo già rifiutato il suo pranzo, ma lui aveva insistito per darmi due cosce di pollo fritte da portare a casa in un tupperware. Soltanto dopo ho potuto capire il perché di quell'insistenza. La possibilità di nutrirmi gli era costata cara, non potevo rifiutarla.

Con la stessa cooperativa, in quello stesso anno ho preso parte a una festa organizzata per il 2 giugno in un grande parco padovano: la festa della "Nuova Repubblica Italiana". Gli episodi a cui ho assistito hanno ispirato un mio racconto lungo edito, tuttavia ritengo opportuno sintetizzare una scena anche in questo contesto. La festa offriva, grazie ad un "ristorante etico" promotore dell'evento, una gamma vastissima di cibo dal mondo, per chi poteva permetterselo: cous cous, zighinì, injera, tutto a 10 euro. Per i richiedenti asilo che erano stati invitati, dovetti mobilitarmi io. Per una cifra forfettaria e dopo svariate contrattazioni ci fu offerta una ciotola di insalata di riso. Era pieno Ramadan, quindi la questione pranzo riguardava soltanto gli ospiti di fede cristiana, che erano soprattutto nigeriani. Davanti all'offerta di piattini di riso freddo con vari condimenti, gli ospiti iniziarono a scuotere la testa e bofonchiare "io questo non lo mangio". Mi ci è voluto del tempo per capire il motivo del loro rifiuto. "Ci hanno dato gli avanzi del riso! Non lo sanno cuocere! È freddo, è spappolato, sono avanzi di più piatti!". Poco dopo, qualcuno avvicina il gruppo in sommosa con una forma di parmigiano, forse per rimediare al malcontento. Neanche il formaggio risulta di loro gradimento. A me, che osservavo il tutto ma non avevo mandato di agire, pareva chiarissimo che la loro reazione fosse dettata da qualcosa di più profondo. Il rifiuto del cibo in questa occasione era il rifiuto della logica del "due pesi e due misure", di essere stati coinvolti in un evento soltanto per conferire un tono apparentemente più inclusivo senza, di fatto, fare altro per generare un incontro reale.

Questo pensiero, fatto sul momento, ha trovato conferma molti anni dopo, nel 2022, nell'orto sociale di Popoli Insieme, con un episodio simile ma opposto.

"Siamo a marzo ed è tempo di comprare le piantine per l'orto sociale. Il mio collega Nicola, per sbaglio, invece di comprare 4 piantine di basilico, ha comprato 4 confezioni da 6 piantine ognuna: ci troviamo con 24 piantine di basilico. Flavia ed io abbiamo un momento di sconforto iniziale, dettato dal timore di buttare presto gran parte del raccolto, visto che gli ospiti non conoscono questa pianta né dimostrano apertura verso gli ortaggi ignoti. Poi è lei, con il disinteresse e la spontaneità della volontaria, a fare una proposta azzardata: "Perché non

proviamo a preparare una grande ciotola di pasta al pesto ogni volta che ci incontriamo in orto? Io sono disponibile a farlo". Decidiamo di tentare, mantenendo alcune accortezze: poco parmigiano, parecchio aglio, qualche anacardo invece dei pinoli per contenere il prezzo e usare un ingrediente forse più noto, molte foglie di basilico per mantenere ben visibile il colore e spiegare l'iter di preparazione. Flavia prepara la pasta al pesto e la portiamo in orto. Provvediamo a fornire piatti e posate a tutti e serviamo generose porzioni di pasta ai ragazzi, accaldati dopo aver zappato. In pochi minuti, il chilo di fusilli al pesto è sparito. L'episodio mi conferma il ruolo fondamentale della fiducia nelle occasioni conviviali e delle relazioni bidirezionali e paritetiche. Se nel 2016, in mezzo a sconosciuti che non mostrano l'intenzione di avvicinarsi mentre degustano piatti caldi e profumati ma inaccessibili, l'insalata di riso destava sospetti che generavano rabbia, nell'estate fra ortolani basta sapere che il basilico proviene dall'orto, basta fidarsi di chi ha cucinato perché si sono condivise zappate e raccolti negli ultimi tre anni, basta vedere che tutti si nutrono allo stesso modo. La fiducia è una pianta che cresce lenta ma dà i suoi frutti."

Alcuni di questi frutti li ho raccolti, a loro volta, attorno al tavolo, mangiando insieme ai miei ospiti. Mangiando, infatti, capita che emergano discorsi profondi su temi molto intimi, come in quel maggio 2022 a cena con Saqib, Hamza, Fadjiki e Yacouba.

"Maggio 2022

Con poco preavviso, abbiamo organizzato una cena in via Viotti. La casa ospita due maliani, due pakistani e un nigeriano che non si presenta a tavola. È molto tempo che non vedo i ragazzi ed è da prima del Ramadan che ci diciamo di organizzare una cena insieme. Saqib mi aveva invitato a rompere il digiuno insieme, una sera, ma non sono riuscita a organizzarmi. Mi presento con Flavia e con un po' di snack da lasciare ai ragazzi. Mentre Fadjiki e Yacouba, i ragazzi maliani, mi accolgono in salotto, Hamza e Saqib sono in cucina e non si danno pace. Saqib ha preparato uno stufato di spinaci e cuore di agnello, del riso biryani e delle polpette sia di carne che di patate, entrambe molto piccanti. Hamza lo aiuta e, intanto, inforna una grande teglia di pizza. Provo a sfuggire dal salotto, dove sono intrattenuta da Yacouba probabilmente per lasciare spazio ai cuochi, per curiosare in cucina. Hamza mi spiega che mi aspettava al mattino per cucinare insieme, e non alle sei, perché ormai è tardi e gran parte delle pietanze è pronta. Gli spiego che pensavo che due/tre ore fossero sufficienti per

imparare qualcosa. Chiedo come abbia imparato a cucinare la pizza così bene, mi racconta per la prima volta il suo punto di vista sulla convivenza con Tonio, il giovane gesuita argentino che ha chiesto alloggio per un mese a Popoli Insieme, ha convissuto con i ragazzi e dato loro in cambio lezioni di giocoleria e di cucina ai suoi coinquilini qualche mese fa. Capisco che Hamza è molto fiero della pizza che mi sta preparando e cerco di immaginare questo scambio di ricette fra uomini che non parlano la stessa lingua. La pizza è buonissima, come tutto il resto. Mentre mangiamo in sei -due italiane, due maliani e due pakistani- proviamo a parlare un italiano misto all'inglese, che ormai i due maliani hanno imparato nei corsi di terza media del CPIA, ma molto spesso facciamo ricorso al traduttore di Google, soprattutto per parlare con Saqib. Saqib è sul territorio dal 2017 e parla l'italiano meglio di Hamza, arrivato nel 2020. Tuttavia, la lingua che padroneggia non gli è sufficiente per dire la sua su un tema che gli sta a cuore e che insiste per condividere con me. Mi prende da parte e mi parla della religione e della sofferenza dell'uomo, del significato della vita. "Quale è per te lo scopo della vita?" mi chiede, scrivendo Google Translate. Solo alla fine mi traccia sullo schermo quella che è la sua personalissima risposta. "La sofferenza è lo scopo della vita." Questa condivisione mi lascia spiazzata eppure, poco dopo, la discussione sui temi religiosi si allarga a tutto il tavolo, perdendo il carattere di intimità. Emergono vari modi di vivere l'Islam, di concepire l'ateismo, traspare la fiducia in chi crede in altri dei, il bisogno di esteriorizzare la religione nelle consuetudini quotidiane o la scelta di restare più opachi. I ragazzi non ci fanno tornare a casa senza un tupperware con due generose porzioni di riso biryani."

## **2.10 Tutorial per torta di mele**

Quasi tutti i neoarrivati, quando l'operatore gli porge il telefono per fare la prima telefonata e comunicare l'arrivo, chiamano casa. È un momento che ogni volta riesce a commuovermi. Tutti vorrebbero urlare, immagino: di gioia, di sollievo, di nostalgia, di rabbia o di un misto di tutte queste emozioni. Tutti però, davanti all'operatore che gli ha prestato il telefono, si limitano ad un pacato saluto. "Sono arrivato, sto bene, presto cercherò un telefono e ti chiamerò di nuovo". Poi inizia la corsa al risparmio per guadagnare i soldi per uno smartphone.

Non posso eludere il digitale dal mio approfondimento sulle pratiche alimentari nei contesti di accoglienza. Sono gli stessi interlocutori a suggerirmi di trattare il tema.

Murad, quando ci ha invitato a cenare con lui per l'ultimo iftar del 2023, ci ha spiegato che i piatti presenti sul tavolo vengono da vari paesi del mondo che ha visitato o che i suoi amici gli hanno fatto conoscere. Ha imparato queste ricette perché le ha cercate online quando era in Spagna. "Per ricordare meglio come si fa", mi dice.

E se la ricerca su Google scava nel passato per riportare alla memoria, nel mio presente c'è Seny, ex ospite, che è venuto a trovarmi poco prima di tornare in Senegal per tre mesi. Questa volta potrà farlo per vie legali. Al bancone del bar dove andiamo per bere un caffè, Seny fa le foto alla tazza fumante e alla brioche. Le carica su WhatsApp e Instagram, poi mi chiede di fare un breve video insieme e la carica su TikTok. Lo prendo in giro affettuosamente. Seny non è un influencer, vuole soltanto raccontare la sua vita in prima persona, con i mezzi che la tecnologia gli mette a disposizione. Questa panoramica sul mio lavoro sul campo non sarebbe completa se omettessi aneddoti come questo e parlassi soltanto di mafe e biryani. Gli status WhatsApp di Khadim che mangia kebab, di Yacouba con la pizza con le patatine, di Efe con il trancio di margherita con i wurstel alle tre del pomeriggio sono una parte impretebibile tanto della quotidianità dei miei interlocutori quanto della mia ricerca.

Lascio che sia Fadjiki, l'interlocutore più presente in questo scritto, a chiudere questo capitolo.

L. Un'ultima cosa: tu hai mai usato internet per guardare qualche ricetta, qualche video ricetta?

F. Sì, per fare la torta di mele.

L. Ed è venuta fuori bene?

F. Non l'ho ancora fatta. Ma ho visto in video come si fa. Ho curiosità di farla. Non è difficile. Uova, uova con zucchero, farina, mele, metti in forno.

L. Quando la fai la vorrei assaggiare! Ma le ricette maliane, invece... Alcune le sai e le fai, ma le altre...?

F. Le cerco in internet!

### 3. Analisi dei risultati

Al termine del mio periodo di ricerca sul campo e bibliografica, l'impressione è stata, da un lato, quella di aver trovato finalmente un inquadramento teorico in grado di contestualizzare tutte le impressioni che avevo ormai da anni. Dall'altro lato, però, è emerso quanto vi siano interi aspetti ancora non sufficientemente indagati in letteratura.

#### 3.1 "If we do not know what we eat, how can we know who we are?"

La frase di Fischler (1988, p.282) ha risuonato subito in me, quando l'ho letta. Al termine della ricerca sul campo, questo riverbero era finalmente supportato dalle evidenze raccolte sul campo.

Nella filiera di produzione delle materie prime, oggi, risalire all'origine esatta di ciò che mangiamo è quasi impossibile. A ciò si aggiungano due aspetti rilevanti in questo caso di studio: da un lato, la difficoltà della persona migrante a comprendere il contesto in cui si trova, a livello verbale ma, prima ancora, socioculturale. Dall'altro lato, l'influenza del vissuto che porta con sé. Queste due cose, unite, rendono ulteriormente complessa la circoscrizione dell'interrogativo, ancor prima della risposta ad esso. Cosa si intende, infatti, per "sapere"?

Stando alla mia esperienza, l'interrogativo di Fischler è infatti da interpretarsi in senso ampio. "Sapere ciò che si mangia per sapere ciò che si è" non significa soltanto conoscere la provenienza degli ingredienti, ma soprattutto riconoscere ciò che si ingerisce ed essere in grado di inserirlo in una sfera di senso. Con la speranza, di conseguenza, che ciò che si mangia risulti, secondo la propria visione, legato a simboli coerenti con l'immagine che si vuole condividere di sé.

Nello studio di Sabar & Posner (2013) ad esempio, si riferisce che l'ingrediente mancante è il legame con il suolo e la partecipazione attiva alla coltivazione delle piante.

Anche in Mycek et al. (2020) si parla di una percezione di minore freschezza degli alimenti e di una minore trasparenza sul processo di produzione del cibo. Ignorare questi elementi è infatti particolarmente rischioso per chi applica restrizioni alimentari di origine religiosa, ma non solo.

In Mohamed e nella ritrosia con cui si approccia al consumo di pollo in Italia vedo esattamente quanto descritto. Mohamed consuma pollo ma mantiene nei suoi confronti un certo sospetto, una certa ritrosia. “It loses properties”, mi spiega Mainul. “La carne in Italia non ha lo stesso sapore che al loro paese”, aggiunge Alessandra. Djobo mi spiega con orgoglio che ne mangia ogni giorno, ma resta inflessibile sulle modalità di preparazione, così come nel caso del riso. L’aspra critica di Djobo colpisce infatti anche chi mangia sempre riso: chi preleva l’acqua di cottura per sostituirla con altra acqua “non sa le conseguenze di questa pratica”, perché priva il riso di una vitamina e corre il rischio di contrarre il beri-beri. Djobo ha osservato l’alterità che ha abitato e abita al suo fianco e ha silenziosamente costruito le sue teorie, cercando un modo di ridefinire il confine del suo essere, ancorandosi alla piena consapevolezza di ciò che consuma. Sa cosa mangia, sa chi è. Chi prepara il riso diversamente, mangia un “riso senza niente”. Djobo affianca alle sue conoscenze di tipo scientifico un bias a cui non riesce a sottrarsi: quello della strutturale mancanza di fiducia che lo ha aiutato a restare in piedi nel tempo nonostante le numerose difficoltà che la vita gli ha posto davanti. Djobo probabilmente sa che i cibi amari portano benefici a chi ha patologie renali e quindi consuma con serenità il radicchio di Chioggia portatogli da Alessandra e sta subito meglio: qui l’efficacia simbolica favorisce sicuramente quella legata alle proprietà nutritive della verdura. Anche Fadjiki, quando segue il consiglio del medico sulle arachidi, sceglie con cura gli schemi a cui prestare la sua fiducia. In assenza di indicazioni mediche, infatti, Fadjiki ha atteggiamenti meno controllati: racconta, ad esempio, di essere grande consumatore di Coca-Cola o di esagerare a volte con il dolce. Le bevande zuccherate dividono le platee: c’è chi le adora e chi ne è detrattore. Si conferma, in entrambi i casi, che la grande disponibilità di cibo a basso costo è il motivo fondamentale per cui le diete degli interlocutori si fanno più dense di snack, carne, bevande zuccherate (Abbots, 2016; Burns, 2004; Dharod & al., 2013; Todd & Gelbier, 1998). Ancora una volta, se in altri contesti (Mycek et al., 2020) è necessario porre l’accento sull’inadeguatezza dei percorsi di educazione alimentare per migranti, Popoli Insieme spicca per la libertà lasciata ai beneficiari dei servizi di accoglienza nel gestire l’alimentazione nel modo più autonomo possibile. L’autonomia in cui si muovono, tuttavia, non è esente da influenze esterne su cui è complicato intervenire: alcuni cibi sono indubbiamente visti come più moderni, intrinsecamente legati all’Occidente e, di conseguenza, consumati copiosamente da chi vuole riflettere sul mondo, e principalmente sui propri cari lontani, l’immagine del prestigio personale raggiunto in Italia. Come noi che li osserviamo, i miei interlocutori guardano reportages sulle malattie legate alla cattiva alimentazione ma alla fine consumano ugualmente bevande gassate. A questo si affianca un necessario riferimento al concetto di Johannes Fabian alla coevità. Come noi che li osserviamo, i miei interlocutori si dividono fra chi non vede l’ora di ricevere cibo dai propri cari e chi, come Falilou, ne fa volentieri a

meno, quasi in una presa di distanza imbarazzata. Tutti, insomma, si collocano in quel limbo incoerente fra la diffidenza e la dipendenza dalla grande distribuzione organizzata, fra il distacco e la nostalgia nei confronti del proprio paese. Esattamente come chi abita l'Europa dalla nascita.

Tuttavia, i rischi percepiti dai miei interlocutori non sono sempre gli stessi di quelli che percepiscono gli operatori. Per Djobo è rischioso mangiare al ristorante o cambiare l'acqua di cottura al riso, per Mohamed mangiare pollo, per Fadjiki abusare di arachidi. Per i due ospiti libici consumare peperoncino è simbolo di una sana virilità, per Djobo il consumo di foglie amare è salvifico. La plastica riscaldata per cuocere il riso al vapore, quella no, non è percepita come pericolo se non da Alessandra. Ingrassare è segno di buona salute per alcuni, sintomo di mancanza di autocontrollo o effetto collaterale del cibo processato per altri, come nel caso di Falilou, che collega l'aumento di peso al consumo del fufu di igname preparato con i mix industriali invece che con le materie prime. Questa attenzione all'apparenza fisica è stata già approfondita da Todd & Gelbier (1998) e si riscontra anche in alcuni ospiti che fanno riferimento a sensazioni di gonfiore dettate dal consumo di alcuni cibi.

Alcune tendenze sono diffuse universalmente, ma il modo di elaborarle varia profondamente a seconda del contesto in cui si sviluppano. Djobo potrebbe appartenere all'ampia categoria dei signori di una volta che preferiscono nutrirsi del proprio cibo piuttosto che comprarne fuori. La portata dei suoi timori, tuttavia, è differente: WhatsApp li nutre quotidianamente così come alimenta la fiducia nel paese che lo ospita, l'Italia, che assicura controlli accurati sulla tipologia di carne utilizzata nella ristorazione.

### **3.2 Il cibo insieme**

Fino ad ora ho ripreso perlopiù gli aspetti intimi dell'alimentazione, inquadrando le motivazioni delle scelte alimentari. Se, tuttavia, la propria scelta non esercitasse alcuna influenza su chi ci sta attorno, secondo che criterio scegliere, ad esempio, chi può mangiare insieme a noi e chi è meglio che prepari e consumi il proprio cibo in autonomia? Gli aspetti performativi del cibo mettono in relazione o, viceversa, distanziano gli attori delle pratiche alimentari.

Quella di mangiare fuori casa è una scelta, così come quella di acquistare o meno il preparato per fufu invece dell'igname (yam). Mostrarsi pubblicamente dentro ad un fast-food, così come farsi vedere ingrassati, influenza l'immagine di sé che si restituisce al mondo. La ricerca sul campo mi ha dato occasione di approfondire la dimensione simbolica delle relazioni sociali (1979, p. 113) e capire che, tramite essa, gli ospiti delle strutture si esprimono, comunicano, si affermano, raccontano i loro valori,



chi sono, cosa non sono. Questa dimensione è particolarmente presente nel cibo, particolarmente connotato dalla sua liminalità (Atkinson, citato in Lupton, 1996).

Scelte come chi avere con sé al momento del pasto, o a chi offrire il proprio cibo, sono anch'esse essenziali per considerare gli aspetti identitari delle pratiche alimentari. Parasecoli (2014) ne parla in termini di rafforzamento del senso di appartenenza attraverso l'uso di pratiche e ingredienti del paese di origine. Nel periodo di ricerca sul campo, questa ipotesi ha trovato alcune conferme, ad esempio tra chi ammette di cucinare soltanto insieme ai connazionali, ma anche alcune smentite, come nel caso di Djobo che, seppure togolese come Mintoumba e suo coetaneo, non mangia con lui. La frase che Djobo usa per prendere le distanze dagli altri, nel contesto alimentare, non lascia spazio al dubbio: "abbiamo origini diverse. Forse il gusto di questo cibo non va bene per tutti". Djobo non chiarisce quale sia il gusto che va bene per una persona; quindi, numerosi sottintesi non vengono esplicitati nel dialogo. Ripenso al concetto di pasto da "decifrare", suggerito da Douglas (1972): spesso, purtroppo, nel contesto lavorativo non risulta semplice fare un passo indietro rispetto ai ritmi serrati della quotidianità per cercare di decifrare piatti e pensieri. Ho avuto l'impressione che gli ospiti di Popoli Insieme lavorino incessantemente ad una rinegoziazione dei significati tanto degli ingredienti quanto delle pratiche alimentari. Questo, d'altronde, è in piena coerenza con il fatto che tanto l'alimentazione quanto gli elementi che contribuiscono alla costruzione della propria identità siano in continuo mutamento.

Agli operatori dell'accoglienza, quindi, resta solo uno strumento per non restare completamente estranei a questo processo: quello della costruzione di legami di fiducia reciproca, grazie ai quali è possibile costruire un dialogo che possa facilitare la familiarizzazione con alcune pratiche alimentari.

I legami di fiducia, infatti, giocano un ruolo fondamentale quando si tratta di accettare l'ingestione di cibo. Così, dal mio canto, ho deciso di condividere con i miei interlocutori l'andamento dei lavori (Hynes, 2003). Ho avuto l'impressione che, fra le tipologie di fiducia elencate nel primo capitolo, sia mediamente presente quella sociale nei confronti dell'ente ospitante. Questa tipologia di fiducia, costruita grazie al tempo e ad alcune azioni, non ultima l'attenzione prestata nei confronti delle preferenze alimentari di ogni ospite, agevola il sentimento di home-building anche in un contesto in cui il fronte politico non è schierato a favore dei flussi migratori diretti verso l'Italia.

Considerando, in particolare, il caso di Djobo, posso ipotizzare che la diffidenza, quando c'è, abbia anche una componente generazionale: chi è arrivato in Italia da meno tempo, risulta più aperto a nuove tendenze anche in ambito alimentare e meno legato alla tradizione del paese di origine.

Per i nuovi arrivati, gli spazi limitati delle strutture di accoglienza sono una ragione sufficiente per consumare un pasto fuori, come nel caso di Ahmed e del biryani con la banana, di Falilou in trattoria, di

Seny al bar e come rilevato anche da Sabar & Posner (2013). Per altri, invece, le mensole ristrette sono soltanto sinonimo di spesa quotidiana: i ristoranti sono uno spazio di esposizione a pericoli, ma anche una eccessiva scorta di prodotti alimentari in casa lo è. Questo perché, come suggerito dalla letteratura (Voutira & Harrel-Bond, citato in Raghallaigh, 2014; Chaplin, 2019), la fiducia stessa può, per alcuni, essere sinonimo di esposizione al rischio. Un aspetto non indagato nella letteratura analizzata è quello della fiducia nei coinquilini in relazione ad episodi di furto di cibo che, invece, si sono verificati nel vissuto dei miei interlocutori. In questo caso, più che di fiducia sociale, si tratta di una fiducia interpersonale che esce fortemente minata da avvenimenti di questo tipo.

Come accennato, prima che si instauri un legame di fiducia, è necessario condividere momenti conviviali che facilitino il dialogo. Situazioni di “communal eating”, infatti, sono risultate propedeutiche all’instaurarsi di un legame di fiducia tanto nei casi analizzati dalla bibliografia considerata (Chaplin, 2019; Verdasco, 2022) quanto nella ricerca sul campo. Mangiare insieme enfatizza l’agentività, amplifica tante piccole scelte implicite che da elementi silenti si fanno decisioni agite: con chi mangiare, cosa preparare, dove servirlo, come presentarlo. I giovani dell’articolo di Verdasco (2022) cucinano pollo, il pasto considerato più prezioso; Fadjiki serve due piatti di riso all’operatore, Djobo riceve carne cotta dal paese, Amida mi prepara grossi piatti di carne solo finché è ospite accolta da Popoli Insieme, Murad e Mamwaly investono ore di tempo per cucinare cosce di agnello e spezzatino. Il significato simbolico di quello che mangiamo, quello che dice di noi, la sua dimensione simbolica, è in questa dimensione sociale. Qui si fa rilevante ciò che mangiamo e quindi ciò che comunichiamo di essere: nelle scelte che si fanno in questa negoziazione, infatti, è visibile il livello di adesione a valori e ideali del paese ospitante o all’immaginario che si è costruito, con il tempo, attorno ad esso.

Nel suo stato di flusso (Abbots, 2016), la persona migrante può collocarsi in uno spazio più o meno coerente con il contesto di arrivo (Parasecoli, 2014). In ogni caso, è bene evidenziare che non si tratta mai di un caso, ma sempre di scelte ponderate, influenzate da più elementi. Un contesto intimo in cui sono presenti solo connazionali è diverso da un momento in cui si sta con persone italiane. Seguire o meno le indicazioni mediche ricevute in Italia è una scelta che non è mai una scelta neutra: è un atto di fiducia, è affidarsi a chi suggerisce una soluzione la cui motivazione non si basa su dati tangibili o comprensibili. Il consumo di bevande che rappresentano il sogno americano esprime una presa di posizione: in quest’ultima vediamo una spazializzazione dello status sociale (Ferguson, 2020), che ben spiega la spinta alla mobilità dei miei interlocutori. Emerge altresì la variegata realtà del bricolage creativo (Tamisari 2006, p.118) della modernità finalmente raggiunta dal punto di vista geografico che si

mescola con risorse, gusti e conoscenze propri del paese di origine e, insieme ad essi, genera una modernità plurale. Risalta, in ultimo luogo, la soddisfazione delle persone intervistate per l'appartenenza ad un mondo sempre più collegato e connesso da cui non sono più esclusi di default. Questo ha portato alcuni degli interlocutori, come Falilou, a esprimere una presa di distanza dal paese di origine.

Con il cibo e le pratiche alimentari nel contesto di accoglienza, quindi, si esprime ciò che si è, ma soprattutto come si vuol essere visti, cosa si vuol diventare, a cosa si vuole appartenere.

Se è vero che il fattore spaziale ha un ruolo in questo posizionamento, così lo ha anche il tempo. Da un lato, in maniera autonoma e universale, si osserva un cambio delle abitudini alimentari tanto in Europa quanto nei paesi di provenienza delle persone migranti, soprattutto in termini di attenzione ai valori nutrizionali. Dall'altro lato, è proprio la mobilità a facilitare lo scambio di nuove consuetudini (Renne, 2008) e a nutrire continuamente l'immaginario culinario.

Entrambi questi processi, che remano nella stessa direzione, si possono accostare al già illustrato concetto di "dietary acculturation" (Holmboe-Ottesen & Wandel, 2012) e, in parallelo, alla resistenza ad essa (Baho, 2020). Se questa lettura contribuisce a spiegare perché anche migranti dello stesso gruppo etnico si collocano su diversi piani del processo di acculturazione alimentare, toglie però enfasi alla bidirezionalità dell'acculturazione, che sarebbe invece espressa nel concetto di transculturazione, ideato da Fernando Ortiz. Per quanto la presenza di una cultura egemone pesi di più nello scambio, ritengo infatti che anche le pratiche alimentari di chi abita i contesti dell'accoglienza possano contribuire a cambiare la maniera di nutrirsi degli abitanti della comunità ospitante, partendo proprio da situazioni di scambio conviviale come quelle illustrate nei capitoli precedenti. Le persone migranti, inoltre, hanno dato prova di agentività anche nei casi di appropriazione di pratiche e ingredienti conosciuti nel paese ospitante e di adattamento di alcune ricette.

### **3.3 Allargare il concetto di "noi"**

Ma quando cambiano, esattamente, le abitudini alimentari degli ospiti delle strutture di accoglienza? Non di certo soltanto nel momento in cui si giunge in Italia. Se tanti autori si soffermano sul cambio di alimentazione, fra gli ultimi tratti a cambiare presso la popolazione migrante (Charon-Cardona, 2004; Spiro, 1955 citati in Tuomainen, 2009), Parasecoli (2014) si sofferma su come il concetto di "noi" vada allargandosi man mano che ci si allontana dal proprio paese. Se, all'interno dei confini nazionali, c'è una certa rigidità nel definire la propria identità, con l'allontanarsi dal proprio paese aumenta la tendenza a includere nel concetto di "noi" anche persone con diverse appartenenze etnico-religiose ma provenienti

dallo stesso paese. La dinamica che racconta Parasecoli ricorda le opposizioni complementari del modello segmentario che Evans Pritchard individuò nei Nuer (1940), nella misura in cui si tratta di livelli progressivamente inclusivi di cooperazione e opposizione. Nella struttura gerarchica con lignaggi, infatti, all'allargarsi del segmento preso in considerazione, si riscontra una crescente inclusività. Se Gasparetti (2009) fa l'esempio del Senegal, la mia ricerca suggerisce qualcosa di analogo anche nel caso di Djobo, che nel confrontare Mali e Bangladesh sul consumo di riso si esprime a favore dell'uso che ne fanno i maliani, appartenenti al suo stesso continente, ma quando il termine di paragone è il Togo, suo paese di origine, si esprime a favore di quest'ultimo e dell'uso di farina a chilometro zero per fare il banku piuttosto che di riso importato. A sentire Fadjiki, il cereale dei maliani è il miglio. Eppure anche lui, se deve cucinare per persone italiane, preferisce proporre il riso. Questa scelta ha un fondamento tecnico, che risiede nella complessità che Fadjiki trova nel cucinare il miglio, ma anche nel contesto in cui ha appreso a cucinare: i foyer in Libia. Imparare a cucinare da migranti significa affidarsi a persone che provengono da altre zone del paese e, quindi, includersi a vicenda e tralasciare differenze secondarie. È probabilmente nei foyer in Libia che Fadjiki ha avuto modo di ampliare la sua definizione di "cibo maliano", proprio come l'identità culinaria italiana si è strutturata durante l'emigrazione verso gli Stati Uniti. Anche questo processo è una parte fondamentale della continua negoziazione che riguarda le pratiche alimentari dei migranti.

Se in viaggio si impara a passare sopra a differenze locali per ricalcare un'identità nazionale, una volta giunti in Italia il processo continua. Negli appartamenti di accoglienza, infatti, si è messi di fronte a nuove scelte: qui non è più possibile cucinare soltanto insieme ai propri connazionali. C'è chi si ritrova a vivere solo con persone di altri paesi, ad esempio. Qui ognuno è libero di scegliere come comportarsi e, come abbiamo visto, laddove è possibile alla preparazione del proprio cibo, la tendenza è perlopiù quella di cucinare e consumare pasti soltanto assieme ai propri connazionali, resistendo ad ulteriori compromessi. Tuttavia, questa non è l'unica via possibile. Proprio andando controcorrente, infatti, Fadjiki ha conosciuto gli spaghetti alla salsa di arachidi, Hamza ha scoperto la pizza fatta in casa, Ahmed ha iniziato ad abbinare banane al riso bangladese. Questa serenità nell'allargare lo spazio del "noi" si riconduce alla sensazione di home-building (Hage 2010). Il fatto che il guardiano di via Minio Djobo abbia sempre mantenuto strette le maglie del "noi" suggerisce che manchi uno (o più) dei quattro elementi dell'home-building: la sicurezza, la familiarità, la comunità ed il senso di possibilità e speranza. Non è dato, né è obiettivo principale di questo lavoro, sapere dove si celi la mancanza. Tuttavia, è lecito supporre che il fatto di abitare sempre lo stesso spazio e di conservare un'autorità riconosciuta da tutti ma essere circondati e condividere gli spazi con persone sempre diverse, perlopiù anagraficamente più giovani, con cui si

possono condividere o meno modalità e forme simboliche, possa mettere a rischio il pilastro della “comunità”.

Ancora una volta, l’home-building sembra essere l’elemento centrale su cui focalizzare la propria attenzione per lasciare spazio all’emersione di ogni individualità, dell’agency dei singoli, per far sì che ognuno si possa posizionare nel modo che più rispecchia le sue preferenze. Così leggo il gioco di squadra di due ragazzi maliani e due uomini pakistani che si aiutano per la buona riuscita della cena a cui Flavia ed io siamo invitate. Così leggo anche la cena da Mainul, con i due ospiti tunisini che decidono di condividere con noi il tavolo ma non le pietanze, senza per questo sentirsi a disagio. In entrambi i casi, si tratta di accoglienze CAS, strettamente legate alla gestione domestica di qualcosa che viene fornito dall’ente ospitante, proprio come nel caso illustrato da Verdasco. Il pocket money, o la derrata alimentare, diventa cibo, simbolo, vettore di ricordi e strumento tramite cui manifestare la propria soggettività e la propria agentività: è questo processo di trasformazione e di appropriazione a rendere possibile il dialogo fra chi dà e chi riceve, anche se il rapporto si struttura su un’asimmetria di base dettata da vincoli burocratici, professionali, istituzionali.

Nella letteratura esaminata, nessun testo analizza situazioni paragonabili a quella dell’accoglienza di via Minio, in cui detentori di protezione internazionale sono accolti su base volontaria e in maniera gratuita ma senza ricevere alcun tipo di sostegno alimentare. Questo rende complesso ogni tentativo di paragone con quanto condiviso durante le interviste. Come già evidenziato, una differenza sostanziale fra la seconda accoglienza di via Minio e le accoglienze CAS per richiedenti asilo sta nel fatto che nel secondo caso tutti gli ospiti hanno pari trattamento, mentre nel primo ognuno si basa sulla propria situazione economico-lavorativa personale. Questo, tuttavia, non cancella la spontanea condivisione di frutta durante il Ramadan, come mi racconta Alessandra, o di un bicchiere di the caldo zuccheratissimo, come mi riporta Nicola.

In entrambi i casi, seppure in modalità diverse, gli operatori sono coloro che più spesso ricevono doni e inviti da parte dei beneficiari dei servizi di accoglienza, anche -ma non solo- per rispetto nei confronti della loro figura. Per questo motivo, ritengo che gli operatori abbiano un ruolo fondamentale non soltanto nel facilitare, insieme ai volontari nel caso di Popoli Insieme, l’“home building”, ma anche nella costruzione di un ambiente sereno basato sulla solidarietà. Di conseguenza, trovo sia imprescindibile valorizzare gesti come quello di Nicola, che cucina per l’ospite neoarrivato, e di Alessandra, che invita gli ospiti di via Minio che hanno un lavoro a cucinare anche per chi non ha un impiego né da mangiare. In tutte queste pratiche vediamo declinata la triade del dono, che intesse e salda legami sociali. Come

ricorda Counihan (1999), tuttavia, è importante anche considerare le conseguenze del rifiuto di un dono e l'ambiguità insita nella sua accettazione. Accettare un dono significa anche accogliere un avvicinamento che può essere letto come l'allontanamento da qualcos'altro, come quando, nel 2016, John contese con le mani il dominio della cucina comunitaria per poi farmi dono di una coscia di pollo fritta, che accettai, impedendo al suo compagno di appartamento di poter vantare altrettanto.

Parlare di dono, infine, significa considerare anche gli scambi che hanno luogo su scala internazionale, ossia l'invio di pacchi alimentari studiato da Mata Codesal & Abranches (2018) e Abbots (2016). Sebbene io abbia avuto prova, sul campo, dell'importanza di questo "perpetual gifting" (Abbots, 2016), è tuttavia importante notare come, mentre nel caso dei balik-bayan box filippini, riportati in letteratura, l'invio di pacchi alimentari sia considerato più importante di quello di soldi, nel caso dei miei interlocutori lo scambio di prodotti alimentari va di pari passo con le rimesse al paese di origine. Il legame a doppio filo con il paese di origine è mantenuto ma, come ipotizza da Sutton, con l'aumento della reperibilità di prodotti sui mercati internazionali viene meno l'interdipendenza fra individui.

Lo scambio e il dono, tuttavia, non si limitano a rinsaldare i legami comunitari, ma contribuiscono anche al mutamento delle abitudini e delle pratiche alimentari, così come delle ricette e degli utensili usati. Se la letteratura cita la preparazione di una egusi soup con spinaci e uova invece di egusi e waterleaf, di fufu con farina di riso e patate (Duru, 2009), l'uso di pane al posto dell'injera (Verdasco, 2022), di formaggio arabo al posto del quesillo ecuadoregno (Mata Codesal, 2010), vaccino invece che caprino (Baho, 2020) o la creazione di "spaghetti con l'ajvar" (Bielenin-Lenczowska, 2018), anche sul campo sono emersi episodi in cui lo scambio e il dono hanno portato alla modifica di alcune pratiche alimentari. È, ad esempio, il caso di Mainul che fa uso di mix di spezie già pronti e dosati per preparare il riso biryani a cui, in ultimo, aggiunge come tocco personale un bicchiere di latte. O, anche, di Mainul e Somrat che scambiandosi uno sguardo capiscono che è il momento di impilare le pentole per creare vapore nel riso, in assenza di una pentola a vapore. L'uso di mix acquistati nella grande distribuzione organizzata è una tendenza globale, come riporta Rennes (2008) citando il caso delle donne migranti provenienti dall'Africa Occidentale. L'uso di ingredienti sostitutivi è interpretato come azione reattiva all'impossibilità di reperirne alcuni e, più in generale, di ricostruire lo stesso assetto del paese di provenienza (Baho, 2020). L'agency della persona migrante accolta in appartamenti connotati dalla provenienza variegata degli ospiti trova espressione proprio nella creatività con cui ingredienti noti o meno noti vengono maneggiati (Abbots, 2016; Renne, 2018). Per il fatto di avere luogo in uno spazio altro, dominato e controllato, di cui si fa esperienza in maniera spesso confusa, procedendo per tentativi, ma non per questo affidandosi al

caso, i casi di appropriazione creativa di ingredienti, ricette, utensili e tecniche di cucina sopra menzionati possono definirsi come “tattica” (De Certeau, 2001), come già precedentemente ipotizzato, e hanno il fine di costruire le già citate bolle di familiarità di Vandevordt anche in un ambiente ostile.

### 3.4 Tutti gli spazi del cibo

Come la migrazione porta all’adozione di nuovi ingredienti dal punto di vista culinario, allo stesso modo, dal punto di vista del genere, rende concepibili altri modi di performare la propria mascolinità (Sabar and Posner, 2013): queste nuove modalità non escludono la presenza in cucina. In merito a ciò, i miei interlocutori si sono posizionati in vario modo. Falilou, fra tutti, pur presentando un pensiero più aperto su alcuni punti, si è dimostrato fermo nel concepire la cucina come qualcosa per donne<sup>37</sup>. Ciononostante, i fatti parlavano diversamente: ha imparato a cucinare dal suo amico Matinou, mi ha mostrato le foto di piatti diversissimi uno dall’altro e tutti preparati da lui. Altri, come Hossam, cucinano per sé pietanze rapide e semplici, con il sottinteso che la cucina che richiede tempo ha senso soltanto se si è in tanti. Fadjiki spazia dall’italianissima pastasciutta al sugo al cremoso mafe, passando per assaggi di pizza preparata dal coinquilino pakistano, di spaghetti alla salsa di arachidi dell’amico togolese, e finendo per far bollire spesso montagne di patate lesse e uova sode perché sono un piatto rapido, un fast-food che si può portare a lavoro e offrire agli operatori. Ad accomunare le routine di questi giovani cuochi autodidatti è il restringersi tanto dei tempi a disposizione quanto della cerchia di persone con cui condividere preparazione e consumazione degli alimenti. Si definiscono scapoli, single men, non tanto per l’effettivo stato civile quanto per la condizione che si trovano a vivere: cucinano per sé, ricorrono ai trucchi dell’industria alimentare per ricreare i sapori del loro paese, cercano il fast-food che più ricordi casa e, a volte, rinunciano al tentativo di ricostruire il paesaggio gastronomico lasciato alle spalle per aprirsi a nuove tradizioni o, semplicemente, per riempire lo stomaco con qualcosa di semplice: questa evidenza va nella direzione della letteratura esaminata, basti pensare alla frase riportata da Sabar & Posner, “I only make simple things that are fast [chik chak] to make.” (Sabar & Posner, 2013, p.211).

Se la frequentazione del “*kitchenspace*” (Christie, citata in Wooten, 2022) non è più appannaggio esclusivo delle donne, l’atto di cucinare detiene ancora un certo primato sul campo del potere domestico

---

<sup>37</sup> “Sai che le donne hanno più mano. Sai che le femmine hanno più mano per cucinare di un maschio. Se voglio dedicare due ore a cucinare, cucino anche quello che fa una donna, ma se non ho tempo chiamo la moglie di un mio amico me lo prepara lei, prendendo il cibo dai cinesi dell’Asia Africa Market, prende ingredienti e vado a prendere.”

che contribuisce a plasmare tratti identitari delle donne (Wooten, 2022). Per quanto riguarda la consumazione di taluni cibi, essa è tuttora, talvolta, genderizzata, anche per la loro associazione all'atto sessuale. L'esperienza sul campo, infatti, mi ha confermato che il cibo piccante resta, per molti, sinonimo di virilità (Studer, 2022). Questo non impedisce ai giovani migranti di appropriarsi di un campo considerato prevalentemente femminile in maniera quasi giocosa: trovo un'analogia fra i giovani rifugiati a Birkelunde raccontati da Verdasco (2022) che si divertono a fare i grandi improvvisando sui fornelli con i video di YouTube e Fadjiki che, sullo stesso motore di ricerca, guarda ricette per la torta di mele. Si conferma così quanto suggerito da Verdasco (ibid.) e Sabar & Posner (2013): la migrazione forzata porta necessariamente alla negoziazione della propria identità. Anche Mainul, sbeffeggiato affettuosamente dagli amici per essersi preso la briga di cucinare per noi, fa esattamente la stessa cosa: gioca con strumenti e ingredienti per negoziare la propria identità in uno spazio in cui sente di poterlo fare. Si tratta infatti di un luogo in cui "uomo, donna, in Italia tutti cucinano"<sup>38</sup>.

Così come si trovano a dover provvedere alla preparazione dei pasti, i miei interlocutori devono provvedere anche al procacciamento del loro cibo facendo la spesa o, come succede a Popoli Insieme, anche coltivando alcune materie prime.

Pur non trattandosi di una pratica strettamente alimentare, la coltivazione dell'orto sociale osservata sul campo a Padova ha dato esiti positivi dal punto di vista sia alimentare che conviviale. Coltivare in un orto sociale verdure come l'okra significa dare visibilità e traducibilità ad elementi che, altrimenti, non sarebbero pienamente intellegibili. La presenza in orto di volontari dell'Associazione facilita la relazione con i beneficiari, ponendo entrambi sullo stesso piano se non, a volte, capovolgendo i piani, come nel caso di Mamwaly e come confermato dalla letteratura (Ciribuco 2020). Le pratiche di orto sociale, inoltre, agevolano la costruzione delle suddette "bubbles of homeliness" (Vandevoordt, 2017) dando "continuità bibliografica" (Harris et al., 2014), a coloro che avevano praticato la coltivazione di beni per il proprio sostentamento al paese.

A costruire queste bolle di familiarità, non tanto ricalcando la falsariga di quanto esperito al paese ma creando nuove quotidianità, contribuiscono certamente anche i negozi dal sapore familiare. L'esperienza olistica (Sabar & Posner, 2013) che vi si realizza, infatti, fa sì che sia più semplice provare in essi un senso di familiarità (Parasecoli, 2014). Familiarità che, però, nasce dal bricolage creativo di più esistenze accomunate dal trascorso migratorio. È negli African Market, infatti, che si contribuisce alla negoziazione

---

<sup>38</sup> Come detto dal mio stesso interlocutore Amadou.



e alla creazione di un'identità, anche dal punto di vista della popolazione locale (Mankekar, 2005). Pur non essendo filologicamente aderenti al modello dei negozi del proprio paese di origine, gli alimentari dal sapore familiare richiamano nei loro frequentatori memorie del passato, a volte scimmiettandolo con la vendita di alimenti processati ben diversi da quelli usati in patria, altre volte diffondendo proprio gli stessi prodotti industriali presenti anche nel paese di origine.

Parallelamente, a Padova la popolazione autoctona sta facendo passi di avvicinamento agli alimentari con prodotti importati da altre aree del mondo e alcuni degli intervistati durante la ricerca sul campo affermano di essere avventori di discount italiani come INS o Prix.

Sebbene, stando a quanto riportato dalla letteratura, molti migranti sembrano ignorare il peso economico della scelta dell'African Market, gli ospiti con cui ho dialogato mi hanno ribadito più volte quanto la spesa nella GDO italiana sia più conveniente: penso in particolare a Fadjiki e Falilou. Tuttavia, quando si tratta di carne rossa, resta una preferenza per gli alimentari dal sapore familiare in Falilou, Djobo, Mainul, Fadjiki. Questa preferenza si spiega facendo riferimento alla fiducia nei confronti di macellai islamici, in grado di assicurare l'applicazione dei principi *halal* (Fischer, citato in Gillette, 2016). È comprensibile che gli alimentari con prodotti del proprio paese o zona di origine restino un punto di riferimento per i neoarrivati e per chiunque voglia aprirsi alla possibilità di incontro con connazionali o, più in generale, con altre persone migranti. Si è già parlato di come la migrazione ponga il migrante in una condizione di liminalità: in questo senso, anche gli African market sono luoghi di soglia.

Un terzo spazio onnipresente durante il mio lavoro sul campo è stato quello digitale. Tramite contenuti virtuali, mi è stato possibile entrare in contatto con le fotografie dei piatti cucinati dai miei interlocutori, degli ingredienti, con i videotutorial su YouTube, con gli status di WhatsApp con video in cui, al paese, divorano riso con tocchi di carne. Senza Google a facilitare la traduzione e il riconoscimento di immagini tramite Lens, questo lavoro non sarebbe stato possibile. L'uso di mezzi digitali non è stato proposto da me: da subito è diventato parte integrante degli incontri e delle interviste, supporto comunicativo spontaneo dei miei interlocutori e strumento di indagine per me.

Da questo punto di vista, la letteratura esistente non è in grado di inquadrare l'intersezione delle pratiche alimentari con la migrazione forzata e l'uso del digitale. L'unico lavoro rilevante, in effetti, è quello di Zirari et al. (2022), peraltro di recente stesura. Come illustrato, l'articolo parla di quanto il contesto storico sociale possa cambiare il modo in cui i ruoli di genere vengono agiti. L'articolo lascia dedurre quanto spesso un grande mutamento della propria quotidianità possa portare a negoziare nuove

abitudini per preservare alcuni elementi identitari sacrificandone altri, proprio come ho visto accadere sul campo.

La continua negoziazione di significati, così come l'adattamento di ricette e pratiche per soddisfare i propri bisogni, altro non è se non espressione di agentività. Prima di declinare il concetto nel contesto alimentare, è bene ribadire quanto espresso da Wilson nel 1992 circa la sofferenza inferta non tanto ai migranti che soffrono la denutrizione quanto a coloro che si trovano privati delle proprie strategie di sopravvivenza, incluse quelle per il raggiungimento di un benessere psicologico. Non è mai ridondante, nel sistema troppo spesso assistenzialistico e rigidamente istituzionalizzato in cui prende vita il percorso dei richiedenti asilo e dei rifugiati in Italia, ribadire che l'operatore dell'accoglienza non si trova di fronte a passivi beneficiari di servizi.

Diversamente da quanto suggerito da Mescoli (2015), valutare il livello di disponibilità all'integrazione sulla base dell'acculturazione culturale -termine già rimesso in discussione precedentemente- non è sufficiente. Oltre questa visione monolitica, prendono vita numerose modalità di relazionarsi con il contesto in cui si vive. Le occasioni conviviali descritte da Chaplin (2019), da Verdasco (2022) e da Vandevordt (2017), così come quelle vissute durante il mio periodo di ricerca, descrivono equilibri ben precisi e sempre in mutamento in cui le persone migranti esplicitano una continua tensione verso la costruzione di "bubbles of homeliness" diverse una dall'altra. La disponibilità di chi si relaziona con queste persone a farsi *contaminare* dalle loro usanze e consuetudini alimentari rappresenta la possibilità di una sovversione temporanea dell'ordine sociale (Vandevordt, 2017 p. 609) nella quale al migrante è finalmente data la possibilità di riappropriarsi del proprio spazio di azione ed espressione di sé. Tali momenti di scambio sono quindi pratiche virtuose (Lewis, 2010) a patto che non ci si limiti al mero assaggio di pietanze e ci si focalizzi anche sulla costruzione di un legame dialogico, di scambio e di fiducia.

## 4. Conclusioni

### *When Life is uncertain*<sup>39</sup>

Giunta alla conclusione di questa panoramica non esaustiva sulle pratiche alimentari nel contesto dell'accoglienza di persone migranti a Padova, ritorno al punto di partenza, ossia ai meccanismi di controllo messi in atto dalle istituzioni e dai poteri costituiti nei confronti delle persone migranti, che vanno oltre la semplice sorveglianza per estendersi anche agli aspetti intimi come quello alimentare. Questo fenomeno genera un'ambiguità in cui ciò che, da un lato, dovrebbe garantire la tutela della persona migrante, dall'altro utilizza il cibo per introdurre una biopolitica repressiva dell'alimentazione. Tutto ciò contribuisce alla disumanizzazione della persona migrante accolta in strutture per richiedenti asilo, spingendo chi vi interagisce a trascurare la dimensione simbolica intrinsecamente legata alla sfera alimentare. Il soddisfacimento di un bisogno primario diventa quindi spesso, per gli enti gestori, un fardello burocratico di cui disfarsi nel modo più agile possibile. Ecco che si arriva alle già citate liste denominate "alimentazione tipica dei richiedenti asilo".

Il presente lavoro di tesi ha l'obiettivo di approfondire tutto ciò che esiste e resiste nonostante una trama fitta di cavilli formali e doveri a cui adempiere, con un'attenzione particolare alle pratiche alimentari. Pur trovandosi subordinate a un inflessibile sistema dominante che impone e controlla, le persone migranti con cui mi sono relazionata esprimono continuamente la loro agentività tramite scelte ponderate e negoziazioni continue fra nostalgia del passato e aspettative sul futuro, ricordo dei familiari lontani e voglia di scoprire l'Europa, fiducia e diffidenza, diversi modelli di mascolinità, diverse maniere di professare la propria fede, diversi modi per essere fedeli alla tradizione e aprirsi alla novità. Tutto per trovare un compromesso con sé stessi e riuscire a dire, senza mentire a sé stessi, che in fondo, anche nell'assenza di certezze e di legami profondi che connota la propria presenza nel paese ospitante, ci si sente un po' a casa.

Penso che questa capacità di negoziare significati, tramite il cibo e non, sia espressione di una creatività adattativa che da un lato si rivela come risorsa in termini di resilienza ma, dall'altro, non fa che mettere

---

<sup>39</sup> “[...] When life is uncertain and routines have been disrupted, maintaining traditional foods and engaging in inspired culinary customs inspired by their homeland are ways that migrants use to recreate home.”

Sally Baho (2020)

in luce ancora una volta quanto talune categorie subalterne debbano costantemente sgomitare per ritagliare margini di spazio in cui muoversi con un po' di libertà in più.

Che la mobilità porti necessariamente a cambiare le proprie abitudini è indiscutibile, è tuttavia necessario problematizzare il "new border regime" (Vacchiano, 2013) in cui la mobilità dei migranti forzati si colloca.

Nel concreto, sarebbe buona prassi, per chi si relaziona professionalmente con persone ospitate in strutture di accoglienza, informarsi circa le pratiche alimentari che sono soggette a cambiamenti, chiedere ai propri beneficiari cosa è permesso cambiare, cercare di intuire cosa gli individui si sforzano di mantenere e come negoziano le molteplici influenze a cui sono soggetti. La ricerca che ho svolto sul campo fa emergere che esistono, sul territorio, esempi virtuosi che operano ponendo l'individuo al centro, anche in controtendenza rispetto ad un sistema che definisce nero su bianco la formula dei "Centri collettivi di accoglienza".

Sarebbe auspicabile, per chi opera nell'ambito della migrazione, essere consapevole del modo in cui le pratiche alimentari dei migranti sono fortemente influenzate da lontano e, al contrario, del modo in cui la migrazione muta le pratiche alimentari del paese di provenienza (Abbots, 2016).

È vero che, se non so cosa mangio, non so chi sono (Fischler, 1988 p.282), ma questa valutazione non si limita ai valori nutrizionali degli alimenti ingeriti: al contrario, racchiude in sé la percezione di benessere generale, si basa sul contesto in cui il cibo è consumato, sulle modalità di preparazione e gli attori coinvolti, sulle credenze religiose, convinzioni personali, aspettative, sui timori nascosti.

Da una maggiore consapevolezza e considerazione di questi elementi, nel contesto dell'accoglienza di persone migranti sul territorio, trarrebbero giovamento tanto i beneficiari quanto chi eroga i servizi, che sarebbe in grado di porre adeguata attenzione all'offerta culinaria e alla predisposizione di spazi in cui portare avanti pratiche alimentari in maniera autonoma. I beneficiari dei servizi di accoglienza guadagnerebbero in termini di benessere generale, derivante dalla maggiore possibilità di esprimersi e da un incrementato senso di home-building. Per le organizzazioni che affiancano al lavoro di professionisti il supporto dei volontari, come nel caso di Popoli Insieme, una maggiore presa in carico degli aspetti legati all'alimentazione avrebbe inoltre potenzialità aggiunta, rendendo il cibo vettore di arricchimento reciproco, facilitatore di relazioni sociali e dell'instaurarsi di legami di fiducia.

## Addendum alla conclusione

*And isn't it ironic, don't you think?*

Alanis Morissette, Ironic

È il 20 settembre, sto facendo le ultime correzioni prima di inviare la copia definitiva della mia tesi. Nel frattempo, con il gruppo di ortolani amanti stiamo organizzando il famoso AperioRto, un aperitivo di chiusura della stagione del raccolto. Ho chiesto supporto organizzativo alla volontaria del Servizio Civile, che si sta informando su chi degli ortolani è disposto a portare un piatto cucinato. Sono quasi le 19.00 quando lei mi manda uno screenshot che riporta il seguente scambio:

F. Ciao Macka, come stai? Leyla mi ha chiesto di chiederti cosa vorresti preparare per l'aperitivo di lunedì in orto, così ci organizziamo. Sai se per caso anche Mainul riuscirà a preparare qualcosa?

M. Okay adesso sono a scuola quando ritornerà a casa lo chiederò a Mainul e dopo ti faccio sapere.

F. Va benissimo, grazie mille :-D

M. Ciao, ho parlato con Mainul, è d'accordo con me, abbiamo deciso di preparare un pasto comune ai nostri due paesi (riso).

F. Perfetto, grazie Macka! Quando fate la spesa poi conservate gli scontrini.

M. Non preoccuparti, pagheremo noi.

Ho impiegato pagine per argomentare tesi cavillose secondo cui si cucina soltanto con i propri compaesani e che, con uno screenshot, si sono sgretolate.

Due coinquilini, un ragazzo del Bangladesh e uno della Guinea Conakri, che si mettono d'accordo per cucinare un riso insieme in un contesto conviviale in cui sono chiamati a cucinare qualcosa del loro paese! Cosa prepareranno? Sono sorpresa, vorrei poter prendere tempo per osservare e poi aggiornare la mia tesi.

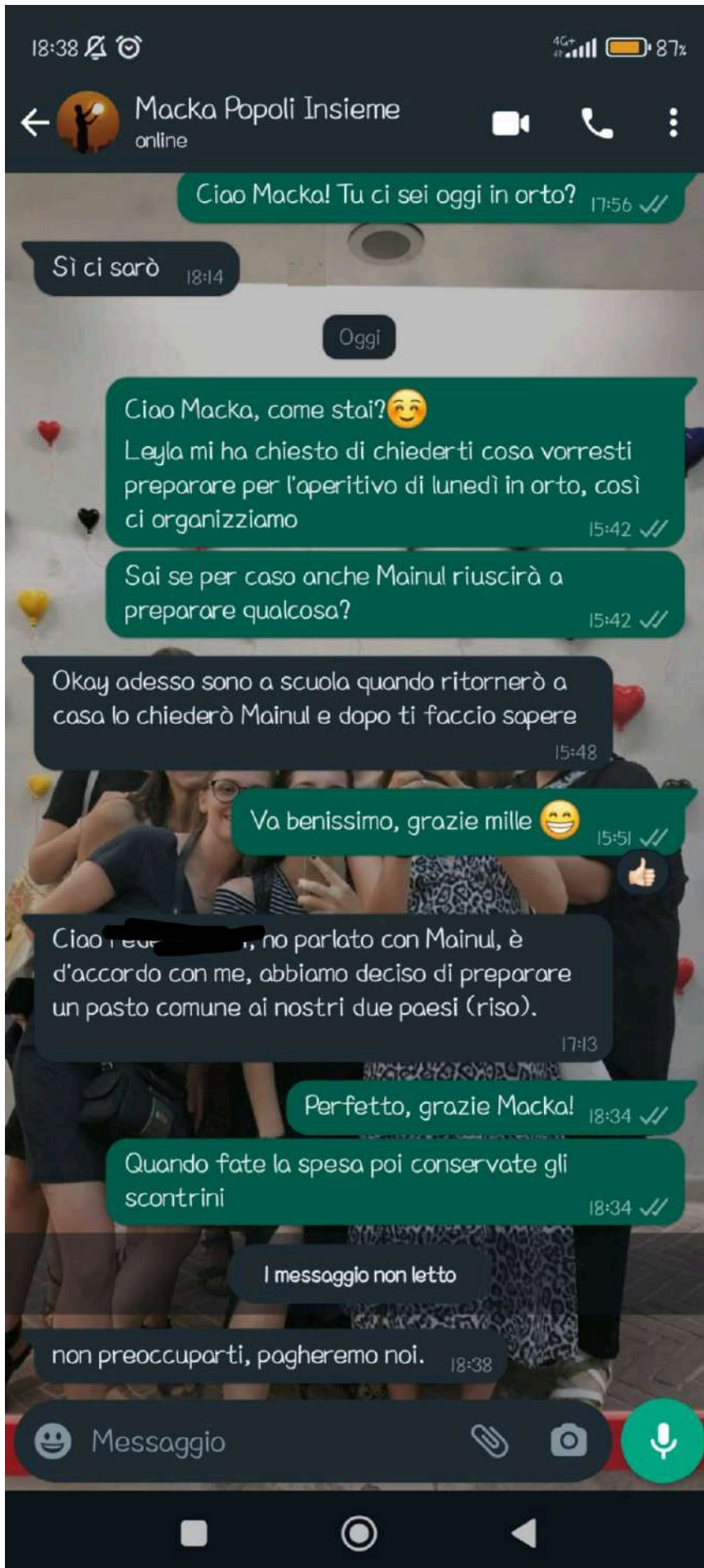
Eppure mi fermo, guardo lo screenshot e rileggo il mio paragrafo precedente:

*“Pur trovandosi subordinate a un inflessibile sistema dominante che impone e controlla, le persone migranti con cui mi sono relazionata esprimono continuamente la loro agentività tramite scelte ponderate e negoziazioni continue fra nostalgia del passato e aspettative sul futuro, ricordo dei familiari*

*lontani e voglia di scoprire l'Europa, fiducia e diffidenza, diversi modelli di mascolinità, diverse maniere di professare la propria fede, diversi modi per essere fedeli alla tradizione e aprirsi alla novità. Tutto per trovare un compromesso con sé stessi e riuscire a dire, senza mentire a sé stessi, che in fondo, anche nell'assenza di certezze e di legami profondi che connota la propria presenza nel paese ospitante, ci si sente un po' a casa.*

*Penso che questa capacità di negoziare significati, tramite il cibo e non, sia espressione di una creatività adattativa che da un lato si rivela come risorsa in termini di resilienza ma, dall'altro, non fa che mettere in luce ancora una volta quanto talune categorie subalterne debbano costantemente sgomitare per ritagliare margini di spazio in cui muoversi con un po' di libertà in più."*

Forse la proposta di Macka e Mainul altro non è che quello che cercavo di spiegare con parole più complesse. Forse, per incontrarsi, sarebbe sufficiente riuscire a osservare ciò che accade attorno a noi e imparare a sorprendersi sempre.



## 5. Allegati

### 5.1 Interviste

#### Intervista a Fadiki

Padova, 7 novembre 2022

L. Allora Fadjik, la prima domanda è in realtà, è... Che ti lascio anche in realtà libero di parlare! Ti ho spiegato di cosa parla la mia tesi. Quindi parlami tu a partire da quando sei arrivato in Italia, magari. A proposito, quando sei arrivato? 2014 o 2015?

F. 14.

L. 2014...

F. Settembre.

L. Eh sì, mi ricordo che eri di settembre. Che giorno? Te lo ricordi?

F. 14

L. Settembre! Del 2014! Eh mi ricordavo... Cioè adesso sono quasi nove anni!

F. Sì è molto lontano, settembre prossimo saranno nove anni.

L. Eh! A 10 anni si fa un festone, dieci anni in Italia, un festone.

F. Speriamo, compleanno di dieci in Italia.

L. No comunque, la prima cosa che ti chiederei è: tu, quando sei arrivato, sei stato direttamente, subito, a Popoli insieme?



F. No, ho fatto 15 giorni a Siracusa, non so se hai presente. In un campo là, grande. Eravamo quasi seicento persone là. Dopo 15 giorni abbiamo cominciato i trasferimenti qua. Sono venuto qua, a Padova.

L.A Popoli Insieme, non in un campo, no?

F. Sono venuto a una città vicino di Padova, in autobus, eravamo ventina così di persone, quindi di là hanno diviso noi ancora. Non lo so se conosci Sara, c'è una Sara, Popoli Insieme.

L. E certo Sara C°!

F: No, un'altra.

L. E quindi sei stato subito in via Sanmicheli, con Popoli Insieme?

F. Sì.

L. E adesso invece, come funziona con la cucina a Popoli Insieme? Cosa mangi? Sei il guardiano, quindi non prendi pocket money né niente, adesso, nell'appartamento, ti paghi con i soldi, questi che prendi qua col lavoro. Ti gestisci come uno che vive con i coinquilini. Ma... Dimmi.

F. Riesco da solo, con altri.

L. Quando eri appena arrivato, invece?

F. Quando sono appena arrivato c'è una signora, non so se conosci, lei faceva pulizie di Popoli Insieme. Julie.

L. Si si.

F. Lei, io non sapevo parlare italiano quindi lei veniva dare mano a noi, facevamo la spesa con lei, al supermercato vicino...ho fatto quasi tre mesi o quattro mesi, andavamo con lei a fare spesa, ogni martedì, mi ricordo, prendevamo anche cose da mangiare, tutto.

L. Lei ti aiutava anche a cucinare?

F. No, cucinare è un'altra cosa. Cucinare per me io a casa in Mali non cucinavo, non sapevo cucinare, perché mamma si occupava di tutti. Dove ho imparato a cucinare è Libia.

L. Ah sì?

F. Eh sì, per forza di là, mangiavamo quindi io dovevo fare qualcosa. E lì ho cominciato appena a imparare quindi ho imparato abbastanza a cucinare in Libia. ;i hanno dato posto di là quindi non sapevo, eravamo decina di persone quindi facevano a turno ogni giorno sì faccio io, cucina domani, turno a turno.

L. E tipo, quanto sei stato tu, in Libia?

F. Un sei mesi.

L. Eh, non poco.

F. Sì sì, sei mesi, di là ho imparato a cucinare, sì sì.

L. Cucinavi cose libiche o cose tue?

F. Uhm... Da noi?

L. No, in Libia.

F. Dal Mali...sì sì sì, cucinavo dal Mali. Quello che ho trovato là, persone che ho trovato là, loro sono bravi a fare quindi mi hanno fatto imparare, sì sì sì.

L. Quindi erano maliani?

F. Sì sì sì.

L. Quindi sei arrivato in Italia che già sapevi cucinare.

F. Sì sì, sono arrivato che sapevo fare qualcosa già.

L. Ma scusa, cose tipo la pasta *d'arachides* per fare mafe, con burro di arachidi?

F. Questo c'è anche di là, Libia faceva, ho imparato questo anche di là. Si trova. L'unica cosa è che si trova cara, al mercato, anche qua.

L. All'African Market? Non al supermercato...

F. Guarda, qui si trova anche a supermercato italiano, io compro sempre al Prix. Africano Mercato è caro, si trova.

L. Sì a volte è più caro, l'Africa.

F. Sì, è roba di cinesi.

L. Ah, tu intendi l'Asia Africa Market.

F. Sì quello vicino alla stazione. Sì ogni cosa che si trova in Africa si trova anche lì. Ma arachidi io ora compro al Prix.

L. Magari costa meno?

F. Sì beh, dieci centesimi quindi non è tanto. Sono le qualità diverse.

L. Ho capito... Poi volevo chiederti: tu all'inizio vivevi con persone in accoglienza e cucinavate tutti insieme, forse Michael da solo ma tu e Mahamadou, Bamba...

F. Sì, Bamba solo era costa d'Avorio e altri tutti da Mali, quindi era facile. Mali e Costa D'Avorio hanno stessa cultura quindi mangiano le stesse cose. Ma dopo, come ho abitato con Michael...

L. Ah, Michael è arrivato dopo?

F. Sì sì, abbiamo cucina abbastanza un po' diversa (Nigeria), non mangiavamo insieme con Michael.

L. Lui mangiava più piccante, se ricordo bene?

F. Sì sì lui più piccante. Mangiava *troppo* piccante.

L. In Mali non si mangia troppo piccante.

F. No, non tanto: poco.

L. Più cremoso, almeno quello che conosco io, no? Anche Senegal, il thiebudienne.

F. Sì, poco piccante. Nigeria si brucia la bocca (ride).

[...]

L. Ti ricordi il tuo must quale era, il tuo cibo d'obbligo quando venivano gli operatori a casa? ...Dai che lo sai!

F. Mmmmmm...

L. Ne facevi una montagna...

F. Ah, piatto sì, è vero, patate...A volte anche riso, uova.

L. La cosa tipica a casa tua era diventato patate e uova. Ma come ti era venuto in mente?

F. Eh, patate e uova una cosa facile, veloce quindi anche io piace, una roba leggero quindi si può fare in qualche minuto.

L. È vero che mangiavamo assieme in appartamento, poi tu venivi qua.

F. Sì, è facile fare, è un *fast-food*, si può mangiare velocemente, facile farlo e mangiare veloce.

L. Invece mi ricordo che una volta ti avevano detto qualcosa sulle arachidi, appena ho iniziato a lavorare a Popoli.

F. Sì, di mangiare poco di arachide. Non solo arachidi, di mangiare le cose, frutta secca, poco.

L. Da lì quindi hai diminuito? Perché?

F. Sì, sì. Penso perché troppo sale.

L. E adesso come ti trovi?

F. Bene bene, mangio poco, poco di arachidi, al mese una volta o due volte, sì sì. Prima mangiavo tantissimo, eh sì.

L. E che problemi avevi avuto? Eri andato dal medico per qualcosa?

F. Sì, stavo male. Di pancia.

L. E dopo sei stato bene?

F. Sì sì. Dopo ha scritto, mi ha detto di mangiare le cose secche meno. Le frutta secche. Abbiamo scoperto che era problema.

L. Sì, forse perché ci sono tanti grassi, sale.

F. Sì, penso che tanto sale.

L. La frutta invece la mangi no? Frutta, verdura.

F. Sì sì, tutto, tutto frutti.

L. C'è qualcosa che è cambiato rispetto a come mangiavi in Mali?

F. Uhm...Sì, sì, cambiato.

L. Tipo?

F. Di là e qua sono un po' diversi da mangiare, qui si mangia tanta pasta quindi invece da noi si mangia tanto riso e cereale.

L. Cereali tipo?

F. Mil...-

L. Miglio?

F. Sì. Miglio, riso, mais.

L. Intero o a crema?

F. Il miglio si usa da noi per fare tante cose. Il miglio si può fare come couscous, si può fare come polenta, si può fare dolce, anche. Si può usare tante volte anche come mais.

L. Anche qui con il mais per dire ci fanno anche i biscotti.

F. Anche il riso si mangia così tanto qui.

L. Ma tu usi comunque il miglio anche in Italia?

F. No no, non sono capace, perché serve alcune cose per fare questo ingrediente quindi-

L. Allora ci sono degli ingredienti che non trovi! Neanche negli African Market?

F. No...

L. Ma, tipo?

F. Non so. Tipo tradizionale che si usano per fare questo cereale. Perché questo cereale è un po'... diciamo un po' amaro, un po' amaro, quindi si toglie questo gusto. Così diventa come polvere di farina. Non amaro più. Così si può usare fare polenta o, se non sai fare polenta... Non mi ricordo quando, siamo venuti, abbiamo proposto di fare polenta col miglio, siamo andati a un ristorante in Arcella con Sara, mi sembra verso cena. Questo è un ristorante vicino alla stazione. Sono andato là e ho fatto questa polenta e invece questa polenta è diventata amaro, quindi se non c'è questo ingrediente non si può fare, non si può usare per fare questa polenta.

L. E tu non avevi fatto una prova prima?

F. No no... Eh, Sara aveva portato tanto miglio da Africano Mercat, abbiamo fatto tanto.

L. E alla fine cosa hai fatto?

F. Per fortuna non avevamo fatto solo polenta. Abbiamo fatto anche risotto, cous cous, per fortuna, comunque polenta non ha mangiato.

L. Quindi il couscous si fa anche da te?

F. Sì si fa con il miglio da noi.

L. Tu l'hai fatto come quello nordafricano o con il miglio?

F. Sì sì. Non miglio.

L. E invece il risotto?

F. Eh il risotto... Da noi il risotto si fa diverso come da qua. Quindi... Sono tre tipi di risotto, si può fare con carne, con pesce, con verdura. Comunque è riso sempre.

L. Aspetta: che intendi quando dici riso e quando dici risotto?

F. Stessa cosa, però sono diversi. Il riso si mangia con un sacco di tipi di sughi diversi che si può mangiare il riso, per esempio il burro di arachidi, c'è uno che si chiama mafe, uno che si chiama thie...

L. Thieboudienne?

F. No! Thieboudienne è risotto.

L. Okay...Voglio capire.

F. Sono diversi, si può mangiare come riso, uno c'è burro di arachidi, c'è nandji, c'è tanti tipi di sugo quindi si può mangiare con riso.

L. Quindi tu intendi il riso quando è bianco e sopra ci metti il mafe, mentre il risotto quando è tutto insieme?

F. Sì, mescolati sì sì.

L. Ah ora ho capito! Beh in effetti è vero, quando li cuoci insieme come il risotto fai tutto insieme. Il risotto maliano! Ma tu fai anche delle cose italiane?

F. Sì sì, pasta tanto.

L. Sì? Con che?

F. Pasta col tonno.

L. Col pomodoro o bianca?

F. Col pomodoro.

L. Eh gli italiani la fanno bianca.

F. Sì a volte anche io faccio bianca.

L. A me col sugo piace molto, che buona. Per esempio Murad aveva fatto la pasta, ti ricordi? Aveva detto che era una pasta libica.

F. Sì perché da loro si mangia la pasta con pane. Perché così cuociono per *morbicare* e lasciare pasta con sugo. Loro lasciano pasta col sugo quindi riescono a mangiare pane, con questo sugo.

L. Sì, diventava come una minestra di pasta.

F. Io ho fatto pasta così.

L. Non ti piace?

F. Sì, ho mangiato ma preferisco fare come italiani perché più veloce e anche più facile farlo.

L. E l'aveva fatta col pollo. In Italia per esempio non facciamo pasta col pollo. In America, per esempio, sì.

F. (ride) Quello anche si può cucinare, anche a volte fanno con carne.

L. Beh come la pasta al ragù.

F. Non ragù: come fa con pollo e patate, ma fa comunque con carne e patate, tante volte, sì. Anche da noi si fa.

L. La pasta anche?

F. Sì, tutto mescolato.

L. Sì io l'ho mangiata quella di Murad, peccato che tu non sei venuto.

F. Sì l'ho mangiata!

L. Ah vero, ne aveva lasciata a casa!

F. Una volta ho scoperto un piatto a Via Siracusa tipo spaghetti: Falilou faceva spaghetti con burro d'arachidi. Giorno, primo giorno che ha fatto, ho detto: ma stranissimo, non si può mangiare questo. La provo il dopo giorno che ha fatto mi ha fatto assaggiare e la fine.



L. Buono?

F. Buonissimo! Stranissimo da noi non si mangia pasta con burro di arachidi.

L. E che ci aveva messo?

F. Burro di arachidi. Dopo cucina burro da parte, dopo pasta a parte, dopo mescolare.

L. Ma burro di arachidi così, da solo?

F. No, no solo burro di arachidi, cucinare con ingredienti. Cipolla, carne, quando è pronto mescola con pasta. Mamma mia, stranissimo.

L. Strano o buono?

F. Stranissimo, buono.

L. E lo hai rifatto?

F. Sempre faceva lui.

L. E tu?

F. No! Ma se lui faceva, mangiavo assieme. Quindi ho visto che strano quindi suo modo di cottura splendidissimo. Una nuova cosa.

L. Ma invece quando eri in via Viotti che c'era Hamza e Saqib, pakistani...?

F. Anche loro fanno diversi. Molto buono. Saqib faceva riso con carne mescolati, verdura, molto buono, piccantino, con zenzero, mi piace, molto buono, Saqib è bravo a cucinare, grande cuoco.

L. Anche Hamza.

F. No ma Hamza non è tanto bravo come Saqib. Mammamia, il profumo. Lui sa cucinare anche dolci. Faceva anche a casa. Cucinava dolci. Mangiavamo dolce con mango, mescolato con frutti, roba buono.

L. Ma frutta quindi?

F. Dolci. Comprare quello latte che si mescola per fare dolci.

L. Ah sì, un dolce al cucchiaino una volta me lo ha fatto anche a me. Ma tipo lì mangiavate insieme o ognuno per sé, in via Viotti?

F. No, ognuno da solo. Per esempio io e Yacouba cucinavamo insieme.

L. Eh sì, tu e Yacouba, poi loro due pakistani, poi?

F. E poi il nigeriano, David. Prima anche Lamine, quando c'era cucinavamo con lui.

L. Quindi tu dici che cibo di Saqib è buono ma non lo mangiavi!

F. Sì lui molto gentile ogni volta che cucina lascia un po'. E se è contento cucina per tutti e quel giorno si vede che si sente a suo agio, fa un dolce. Se è a suo agio, si sente.

L. E lui mangiava le cose vostre?

F. Sì sì sì.

L. Bello, così. Invece un periodo vi rubavano cose, vero? Mi ricordo, in tutti gli appartamenti. Avevamo messo gli armadietti con i lucchetti su vostra richiesta.

F. No, da noi no. Abbiamo trovato tutti i lucchetti in via Viotti ma quando siamo venuti era finito e nessuno ha messo più le cose lì. Abbiamo utilizzato, però nessuno ruba.

L. Era successo molte volte con gli inquilini di prima. Succede, anche con i coinquilini, anche a me succedeva. Ah sì poi una cosa che ti volevo chiedere: tu ora vai più all'African Market o al Prix?

F. Prix tanto, African Market poco, solo se c'è qualcosa di specifico vado là, il giovedì faccio la spesa al Prix.

L. Perché al giovedì?

F. Mi piace così.

L. Ognuno ha il suo giorno, io vado il sabato! La carne anche la prendi al prix?

F. Carne? No. Pollo, sì.

L. E la carne?

F. Io mangio carne poco. Mangio tanto pollo. Carne poco.

L. Non vai ai negozi *halal*?

F. Se voglio comprare carne vado in stazione, c'è un marocchino, lì è meglio.

L. Come qualità o perché è *halal*?

F. Come sono già abituato a prendere *halal* perché comunque tutti lì prendono *halal*. Cinese non vado tanto, a parte pollo non prendo carne lì. Non mi fido tanto di loro. Possono vendere un altro pezzo di carne che sia manzo, sono capaci di fare, non mi fido tanto. Se ho bisogno di carne vado dal marocchino oppure c'è un altro pakistano vicino al cinese, vado di là.

L. Lì vado spesso anche io.

F. Però io carne mangio poco. Pollo sì. Pollo lo prendo al Prix.

L. Quindi non guardi se è *halal*? Perché al Prix non penso sia indicato. Esiste il pollo *halal*? Qui mi devi dire tu!

F. (ride) lo compro e altri comprano, quindi... basta che non sia scaduto!

L. Invece merendine, snack, bevande gasate?

F. Coca cola.

L. Quella bevi?

F. Tanta.

L. Già in Mali la bevevi?

F. Mali solo bevande diverse da qua. Quelle qua si trova là ma lì si trova altro tipo di bevanda.

L. So che c'è il Vimto, no? In Costa d'Avorio.

F. Sì io comprovo tanto questo, c'è anche da cinese, è da Costa d'Avorio, mi piace. E la Coca-Cola.

L. Io prendo la Coca-Zero. Preferisco prendere zucchero mangiando un dolce e prendere la coca cola senza zuccheri.

F. Quando mangi Coca-Cola bene così si rutta così aiuta a digerire. Se mangi cose troppo pesanti o sei pieno di olio o cosa, in genere si beve.

L. Beh ma cos'è che ti appesantisce che mangi in Italia?

F. In Italia... Pasta.

L. Ti appesantisce?

F. Pasta? No, no, no! Pasta dipende che mangi poco e dipende se hai problema. Per esempio burro di arachidi a volte se viene spesso a volte di provare a mangiare come a volte sì, si fa magari, o dolce, a volte tanto.

L. Un'ultima cosa. Tu hai mai usato internet per guardare qualche ricetta, qualche video-ricetta?

F. Sì, per fare la torta di mele.

L. È venuta fuori bene?

F. Non l'ho ancora fatta. Ma ho visto video come si fa. Curiosità di farlo.

L. Tu lo conosci Marco? Falla con lui. Lui una volta ne ha fatta una buonissima! Non è difficile.

F. No non è difficile. Uova, uova con zucchero, farina, mele, metti in forno.

L. Le ricette maliane invece quelle che sai le fai... E le altre?

F. Cerco in internet!

L. Ah cerchi! Come me con le ricette Libanesi! O chiamo mio padre o cerco su internet...

F. Ah, cosa fai?

L. Eh tanto non le conosci, kebbeh, kafta, hummus...

F. Cosa sono?

L. Carne, ceci...Crema di ceci.

F. Ah sì crema di ceci conosco! Ho mangiato là, qualcuno mangia una crema di ceci tutto bianco, metti su un po' di sale e si mangia con un bastoncino...

L. Boh!

F. Lo sai fare tu questo?

L. Sì, ti faccio vedere un'ultima cosa. Questo qua, che c'è anche in Turchia, lo so fare. Kafta. Buono, sono spiedini.

F. Tipo grigliata?

L. Sì, non per forza alla griglia. Eh, buono il mangiare libanese. Poi una cosa che fanno in libano è tipo il riso insieme agli spaghetti, li spezzi e li cuoci insieme. Non so se in Libia lo fanno.

F. Spaghetti c'è tipo di pasta piccolissimo anche da noi si usano tanto per fare sugo.

L. Per fare il sugo?

F. Sì, puoi mangiare con il riso, con il cous cous.

L. Quindi tu cuoci il riso, o cous cous, poi?

F. Sì tu fai sugo a parte. Questi spaghetti si mettono nel sugo, poi quando è finito, coperta tre minuti, molto buono.

L. Ah ok! In Libano è diverso, prima di mettere il riso si mette solo poco olio in padella gli spaghetti senza acqua, quando sono marroni ci butti il riso e ci butti l'acqua. Bene, dai, adesso ce ne andiamo!

## Intervista a Nicola

Padova, 7 novembre 2022

N. Qualche settimana fa mi sono improvvisato cuoco di un ragazzo che non sapeva cucinare. In realtà lui è sposato, ha due figli quindi ci è venuto da pensare, siccome lui non parla né italiano né inglese.

L. Come hai saputo che non sapeva cucinare?

N. Tramite un traduttore, un amico che ci ha contattato e parla bene inglese. Lui tramite il pashtu ha comunicato all'amico che ha comunicato a noi. Era molto spaventato da questa cosa. Ha passato due giorni aspettando che qualcuno gli si offrisse dicendo "Vuoi mangiare qualcosa con me?"

L. Lui abita con altri connazionali?

N. No, lui è pakistano, parla pashtu, sta con altri pakistani che però parlano urdu.

L. Quindi non ha altri lì con cui comunicare.

N. Esatto. Le poche parole di inglese che conosce lo hanno aiutato a dire sì, no...

L. Ma gli altri gli avevano offerto qualcosa?

N. Sì, c'è stato un bel rapporto ma da subito. I pakistani hanno provato a comunicare da subito, gli hanno mostrato "noi stiamo andando via, stiamo andando a lavoro in modo che puoi cucinarti" e in quell'istante è venuto il "non so cucinare". Per cui da lì è partita questa cosa dell'insegnargli che in realtà è successa due volte: una con me, che gli ho cucinato del riso, insieme alle patate le carote e le cipolle per fare un po' di soffritto, poi il letto bianco di riso come fanno loro e nel mezzo un po' di condimento.

L. Gli hai fatto tu il riso quindi?

N. Sì, non è difficile.

L. Appunto per questo chiedo.

N. Le cipolle ad esempio le prendeva e le tagliava bene, senza appoggiarle, le tagliava al contrario verso il polso, forse qualcosa aiutava in casa però non riusciva poi a concludere. È stato simpatico, perché durante la preparazione magari sorpreso da questo mio atteggiamento ha fatto una videochiamata a casa quindi mi inquadrava, inquadrava le pentole.

L. Per far vedere che stava cucinando?

N. Che, io stavo cucinando con lui.

L. Il focus eri tu?

N. Esatto. Quindi l'abbiamo aiutato in questa maniera. Dopo io ho cercato di spiegargli che la pasta anche ha la stessa preparazione, per cui spero che cambi dal riso alla pasta, ogni tanto. Poi anche Maria è andata il giorno seguente o due giorni dopo.

L. Aspetta, quindi il soffritto con la carne?

N. No, era molto semplice, abbiamo fatto carote patate e cipolle. Spadellato poi messo sopra. E beh, devo dire che è piaciuto e la cosa simpatica è che c'erano due o tre ragazzi che ci guardavano un po' come spettatori, mi indicavano dove erano gli attrezzi, i coltelli, lo scolapasta perché, non avendo mai cucinato lì, io non sapevo. Quindi erano sia esterni sia ogni tanto interagivano. E ci guardavano in maniera simpatica, tant'è che poi sono stati curiosi e hanno voluto assaggiare il riso che avevo preparato a lui, tra l'altro lamentandosi del sale.

L. Che era poco?

N. Sì.

L. E come spezie, avevi usato qualcosa?

N. Ho usato sale, un po' di pepe, peperoncino. Non ho voluto esagerare, uno perché non aveva cose quindi avrei dovuto chiedere troppo agli altri, e poi non sapendo i gusti di lui...

L. So che a volte usano quei mix di spezie pronti... Lui, età?

N. Lui molto giovane, ha 28 anni.

L. Ah beh, tanti sono anche più giovani. Pensa a M\*

N. Sì sì. Quello che sorprende è che ragazzi ventenni già sanno cucinare in maniera autonoma.

L. Per quello, pensavo fosse più piccolo.

N.E non hanno famiglie! Lui invece sì. Per questo viene da pensare che in casa non aiutasse molto...In maniera opposta c'è quest'altro ragazzo pakistano molto bravo e abile a cucinare, sempre a Ponte di Brenta, Hamza, effettivamente non gli ho mai chiesto dove abbia imparato e chi gli abbia insegnato a cucinare ma lui ha un'abilità notevole nel senso che davvero è in grado di fare queste torte da pasticcerie e anche addobbarle con un certo gusto estetico, per cui veramente, l'altro giorno ha mandato un messaggio a Francesca dicendo "Ho preparato una torta per te" e lei ha detto "Per quale motivo?" e lui dice "Perché so che verrai" e lei "No, non è vero". Lui si era sentito in dovere di prepararle questa torta un po' per fare bella figura. È veramente una torta di pasticceria, guarda che roba (mostra foto) ha una dote nascosta che bisognerebbe in qualche modo premiare. Qualche corso, anche per togliere da saldatore, muratore...

L. Nella tesi vorrei fare un'appendice con i piatti. Comunque, dimmi pure.

N. Tutto è partito da un pranzo che ho fatto a casa loro. Ero pronto ad andare via, in un appartamento di ragazzi bengalesi, mi hanno chiesto "Ti va di mangiare con noi?", avevo finito le mie cose, ho lavorato un po' da là col computer dietro, era l'una e mezza, li saluto, dico "Ciao ragazzi, vado" e in quell'istante mi propongono di fermarmi lì a mangiare. Avevano praticamente tutto pronto, sembrava che stessero aspettando che me ne andassi, o di non disturbare, per poter cucinare, e invece quando mi hanno visto che me ne andavo e non mi hanno visto mangiare mi hanno invitato a mangiare con loro. La cosa è stata molto carina perché avevo, per esser di aiuto, visto che non avevo aiutato a preparare e sapevo che poi dovevo correre via, ho aiutato ad apparecchiare la tavola, ho messo le salviette, anzi la carta igienica perché loro non usano i tovaglioli, abbiamo distribuito i piatti, ci siamo seduti, ed è stato buffo perché loro hanno educatamente tolto la posata, l'hanno spostata e hanno usato solo la carta e hanno cominciato a mangiare con le mani. Quando gli ho chiesto "Voi come mangiate" mi hanno indicato un po' all'italiana "così" (fa il gesto). Anche se la mano è talmente zozza che non ti bastano poi due pezzetti di fazzoletto, quindi sono stati spesso in giro, hanno finito e sono andati a lavare le mani. È stato simpatico perché avevano queste mani piene di riso e anche quando ho voluto fare il selfie non hanno voluto pulirsi, anzi hanno voluto vedere con orgoglio queste mani.



L. Ti vengono in mente altri episodi?

N. Il tè è un grande classico. Questo accade spesso anche in Minio.

L. Secondo te si vede che in Minio il cibo se lo pagano loro? Non lo so.

N. La proposta arriva sempre, anche se in primis faccio io questo pensiero, quel cibo lo hai pagato quindi non mi va di sfruttarlo troppo. E la proposta è meno insistente. Probabilmente è cortesia. Anzi non dicono neanche “vieni a mangiare” o “mangiamo insieme” ma “mangiamo?”, però appunto la cosa del tè invece altrettanto la propongono spesso. E volte è successo che mi sia fermato, a volte no, ma è carino che da parte loro ci sia. E hanno questa cosa del the che lasciano bollire all'infinito e inizia questo gioco (fa gesti) per far venire la schiuma no?

L. Eh sì, *l'ataya*.

N. Eh sì, infatti quando provo a farlo a casa io con la mia teiera piccolina non viene. La cosa incredibile è che loro non lavano le tazzine, ci bevono e dopodiché la riempiono di nuovo e lo offrono. Non fanno uno sciacquo.

L. Forse è come il contenitore del mate o la moka, che non andrebbero lavati per prendere il sapore.

N. Non lo so, a volte ci penso e non lo faccio, a volte poi è talmente buono... E niente, cos'altro? L'alto giorno appunto il buon Fadjiki mi ha incontrato per casa, cosa che non succede spesso, e mi ha chiesto se volevo gentilmente il suo risotto. Che altro non era che riso con fagioli, patate, forse anche le carote. Parecchi fagioli comunque.

L. E il riso che riso era?

N. Basmati. Grande classico. Buono era buono, anche lui un po' piccantino, come è giusto che sia. Non era un risotto, però è stato simpatico il fatto che lui lo abbia chiamato risotto. E abbiamo mangiato assieme e in realtà me ne voleva dare una bella spadellata e io gli ho detto solo un assaggio, mi ha servito questo piattone e me ne aveva preparato un secondo piatto.

L. Due vicini?

N. Uno in frigo, e l'altro sul tavolo. È stato simpatico anche perché davvero lui non capita quasi mai di trovarlo in casa, quindi è bello.

L. Lui si è fatto anni con gli operatori, anni di montagne di patate, sughi africani ma fatti con la pasta, anche qualche pizza congelata ho mangiato, da loro. C'era questo appartamento di persone che sono in Italia da quando io sono a Padova.

N. Questa cosa del cibo condiviso è bellina e non so se collegarla semplicemente a cortesia o quanto più un aspetto culturale, succede appunto anche con il cibo confezionato. Fatalità questa mattina ho dato un passaggio a un ragazzo perché doveva tornare a casa e passare per di qua e lui si è fermato non mentre lo portavo ma semplicemente prima, a comprare una pizza kebab, dal kebabbaro, ed è capitato che me la volesse proprio offrire.

L. L'aveva presa per sé e lo hai incontrato?

N. Io sapevo che era qui perché dovevo accompagnarlo a casa a prendere una cosa. Lui mi ha mandato la posizione, sono passato e lui aveva questa pizza in mano con i tovagliolini e le forchette e le posate in plastica. Fahim, afghano, lui. E voleva, la pizza che aveva preso per sé, darmela. Gli ho detto "No grazie... Che pizza hai preso? Margherita?" e lui "No no, kebab". E anche prima di salutarci mi ha richiesto se volevo uno spicchio. Non lo so se noi avremmo fatto una cosa del genere. Però è un gesto che ho apprezzato, lui è uno abbastanza burbero, molto orso.

L. Ma persone di più paesi, ti risulta che dal tuo punto di vista mangino insieme?

N. No, no. Anche perché non sei "famiglia". Forse con chi hai un rapporto più stretto lo fai anche per provenienza, ad esempio Rachid e Hamza, e probabilmente così anche per i tre bengalesi di Tre Garofani. E il tunisino e l'afghano fanno per sé. Così come in via Avanzo, quattro bengalesi e anche lì cucinano assieme.

L. Sono solo bengalesi?

N. Ci sono in realtà due gambiani.

L. Che invece fanno per conto loro?

N. Sì sì. In Minio invece c'è la questione dello spazio, perché hai tot fornelli e tot sedie, per cui fanno un po' a turni. Mi sono dimenticato poi di dirti che il pranzo in Avanzo ha portato poi all'invito di tutta la squadra, l'equipe.

L. Quello come è andato?

N. Beh, Nicolas era andato lì prima per insegnare l'italiano, ovviamente non hanno fatto italiano perché loro erano ai fornelli tipo da due giorni e avevano approfittato del fatto che lui fosse lì per renderlo l'assaggiatore ufficiale, perché Nicolas dopo non riusciva a fermarsi, aveva un impegno, allora ha fatto un po' l'assaggiatore ma tipo diceva che il piatto di assaggio era gigantesco. Lui sarebbe stato invitato a cena dopo ma non poteva. E quindi s'è creata un po' questa cena, organizzata da loro, tant'è che avevano proposto un lunedì ma poi si faceva ponte, quindi gli abbiamo proposto il mercoledì e ci sono rimasti male quando gli ho detto no lunedì facciamo mercoledì. Il ragazzo che l'ha pensata mi ha scritto sia in privato che sul gruppo. Mi ha detto "No stasera?"

L. Forse anche per capire meglio.

N. Sì ma ci faceva vedere quanto ci tenesse. Quindi siamo andati poi in quattro operatori, Maria la tirocinante, Anna B, e basta. E volevano che noi mangiassimo prima e loro dopo. Poi ci siamo opposti noi, abbiamo fatto spazio sulla tavola, ci siamo seduti sul divano e abbiamo mangiato tutti assieme. L'unica cosa che mi è dispiaciuta è che i due gambiani non si sono aggiunti. Forse si sentivano fuori luogo? Non lo so.

## Intervista ad Alessandra

Padova, 9 febbraio 2023

A. [...] Nel tentativo di ricreare un cibo, i singoli giorni della settimana secondo me è anche importante fare riferimento al Ramadan, perché durante il Ramadan cambiano tempi, cibi e cambia un po' il ritmo

L. Ma sempre con l'obiettivo di ricostruire casa, o facendo cibi o non facendoli. O dicevi altro?

A. Sì, nel momento in cui comincia il Ramadan si stravolge lo schema che si ha in un sistema di accoglienza. È vero che comunque viene replicato qualcosa che hanno già visto nel paese, però sì, vuoi che non tutto in accoglienza può essere replicato, per gli spazi...

L. Tipo?

A. Tipo la convivialità, ad esempio a me piace molto nel periodo di Ramadan quando arrivo in via Minio e spesso, veniva fatto di più in passato, ma spesso c'è il cesto di frutta che a turno qualcuno compra e mette a disposizione degli altri. Questa è una cosa che fa sentire anche casa, il fatto di invitare tutti a condividere è bello e sarebbe bello che ci fosse anche durante tutto l'anno. Poi durante il Ramadan loro cucinano anche insieme, perché sentono molto anche la condivisione. In linea di massima si suddividono per nazionalità. In Ramadan è molto più condivisa la cosa. Anche la cucina è uno spazio in cui si ritrovano. Tipo in Minio spesso funziona che, se io non ho soldi per comprare oggi il pollo, lo compra il mio compaesano e io ci metto le verdure, poi un altro cucina il riso e mettiamo tutto insieme, questo è sempre stato così. O io torno prima da lavoro, comincio a cucinare e tu trovi pronto quando torni. I cibi sono mafe, riso grasso, che è cucinato nel pomodoro con pesce o carne fritti e verdure fritte, questi sono quelli che di base si vedono. I togolesi mangiano il banku, gli altri il riso, pasta non l'ho quasi mai vista.

L. E sulla fiducia che mi dici? So che in CAS ci sono i lucchetti.

A. In Minio è successo solo una volta di cui sono a conoscenza, con un afghano che era l'unico e gli fregavano le uova e qualcuno la mattina si faceva l'ovetto e se ne andava, lui tornava la sera e di un pacchetto da 10 uova se ne ritrovava due e questa cosa lo mandava in bestia. Di altre cose sì ma è sempre molto di nazionalità cioè il senegalese è visto come quello che gratta il cibo degli altri, altra discussione

che c'era stata nel 2017 o 18 era per un ragazzo senegalese che scroccava quindi gli altri dicevano io cucino in più per te oggi perché non ne hai, ma domani è il tuo turno, se hai carne metti a disposizione quello che hai, ma questo non succedeva mai, lui tornava e mangiava quello degli altri. Poi ne abbiamo parlato insieme di questa cosa, gli altri parlandomi mi hanno detto di questa cosa che li infastidiva parecchio, perché di base nel 2017 non ancora tutti lavoravano con uno stipendio da 1200, tanta gente era alla ricerca, non lavorava, tanti in tirocinio, quindi questa cosa non era vista bene, mangiare tutti i giorni così. Anche io ho sempre molto cercato che loro condividessero, cioè il fatto che loro non abbiano da mangiare è molto umiliante, quindi non è che ti vengono a dire “Oh amico non ho la cena, non è che posso mangiare?”, quindi se io percepivo questa cosa, spesso con una persona della stessa nazionalità dell'ospite, il giorno che ospitavamo una nuova persona o nei giorni successivi dicevo “Cucina un po' di più, così mangia anche”, poi però ho capito anche che il fatto che il gesto venga ricambiato è anche molto importante. Poi sì, solo due avevano messo la catenella perché i loro armadietti non venissero aperti.

L. Ne avevano uno a testa?

A. Un tempo sì, ora hanno un ripiano perché sono di più. E solitamente il ripiano è diviso con un paesano, non con un altro. Il sale è in comune, lo comprano per tutti. Molti li ho visti usare l'olio di oliva, quasi mai ho visto olio di palma, o anche olio di semi. Oliva o semi. Olio di palma mai.

L. Nessuno?

A. Mai, o proprio raramente, forse un gambiano, ma sempre semi o oliva. Una volta vedevo molte più insalate, adesso non ne vedo più. Verdura? Zero praticamente. Tanti piatti di riso e carne.

L. Afan mi ricordo faceva cose *verdurese*.

A. Haha, Afan una volta mi fece una pasta con i sottaceti.

L. Haha, scotta?

A. Sì, sì. L'ultimo ricordo di insalate era quando c'era Samba, che lavora nella ristorazione.

L. Ah, il Samba che faceva gli gnocchi e la pastiera! Ho capito!

A. Mi viene in mente questo flash che parlando con Djobo, Djobo diceva che la cura per i suoi problemi ai reni era una cosa amara, mi raccontava di questa cosa amara, allora... Il radicchio? Allora gli ho portato

tre cespi di radicchio, ed era radicchio di Chioggia, e questo radicchio di Chioggia era il rimedio per i suoi reni!

L. Ma in base a cosa?

A. Secondo la medicina tradizionale era il radicchio di Chioggia, che poi, appunto, sicuramente il radicchio di Chioggia non c'è in Togo! Però lui dopo questi tre cespi di radicchio si sentiva molto meglio!

L. Questa cosa qui è interessantissima, così come il discorso dei cibi piccanti che rendono virili, il cui in Ecuador e Perù, che rende l'uomo un uomo...Tutte le convinzioni che si portano dentro.

A. Ah sì, la loro convinzione è che devono mangiare la carne per essere forti, che se non mangiano la carne non sono forti, per lavorare.

L. Lo dicono a te, essendo tu vegetariana?

A. No, no, in generale. Anzi quando io dico che non mangio carne mi dicono "Ma allora il pollo?" quindi ora gli dico "Io non mangio animali morti", quindi loro capiscono che né carne né pollo. Poi invece una cosa che mi ha sempre incuriosito ma per cui non mi hanno mai dato una spiegazione, e secondo me è una usanza terribile, anche ora che hanno cambiato i sacchetti di plastica, ma un tempo lo facevano con la plastica, sulla pentola loro mettono un sacchetto di plastica e sopra ancora il coperchio. Questa cosa mi è tornata alla vista proprio ieri che ho visto questo sacchetto della Lidl, io ho pensato "ma hai idea delle diossine che trasuda questo cibo poi?", queste sostanze dannose. (Gesti che spiegano)

L. Secondo me è per il vapore, l'ho visto fare da bangla.

A. Esatto! La motivazione che mi hanno dato è del vapore, ma è una cosa che mi stupisce molto perché ad esempio ieri guardavo i fornelli e la pentola dei maliani ce l'aveva e la pentola dei gambiani no. Allora mi sono chiesta: è una cosa di nazionalità? Oltre che è una cosa che a livello di salute... Adesso sono i sacchetti biodegradabili, un tempo no. Pensiamo ai sacchetti dell'African Market, che ancora usano quelli di plastica... Perché un'altra cosa che non sono mai riuscita a trasmettere è la dannosità del cibo cucinato in questo modo!

L. Sembrano cavolate ma, pensa: non lo vedi, hai tutto un altro sistema e un'altra concezione delle cose, quindi perché dovresti credere che fa male?

A. "Se me l'hanno detto da casa che deve essere fatto così, deve essere fatto così".

L. Sì, come è molto più istintivo pensare che la carne dà forza.

A. Sì, pensare che un animale mi dà la forza, anche se è morto.

L. Esatto, che poi l'estremo di questa cosa è il cannibalismo: io mangio un pezzo di te, ti rispetto, mi approprio di te.

A. Poi ad esempio ieri, che abbiamo fatto la lezione su -

L. Ah erano ieri le chiacchiere?

A. Sì, era c'era il matterello, allora poi gliel'ho fatto vedere sul computer e allora abbiamo parlato del matterello perché una volta le donne tiravano la pasta, per i dolci principalmente, con le bottiglie. Ho detto che anche a casa mia si è sempre fatto così, ma la funzione è la stessa. Allora anche gli altri "Ah sì è vero!" e Patrick, del Camerun, dice "Ah sì, con le bottiglie di plastica!" e Amadou dice "Con quelle di vetro!", e Amadou dice che lui ha comprato quello di legno, il matterello, e lo ha mandato in Africa. Il pensiero che un oggetto che qui è già stato sorpassato da altro, lì rappresenti l'evoluzione di un qualcosa, tutte queste cose interessantissime per me...

L. Poi la plastica è arrivata dopo, quindi il matterello qui probabilmente è il nonno!

A. Esatto! Lì invece è "qui ormai tutte le donne questo ce l'hanno". L'evoluzione della bottiglia è il matterello. Quindi io mi immagino queste donne che guardano la vicina che ha il matterello che arriva dall'Europa!

A. Uhm, mani o forchetta...Io, secondo me dipende anche molto se loro mangiano tra di loro, mani. Se mangiano con qualcun altro, un europeo, forchetta. Se hanno confidenza con l'europeo, mani. Questo secondo me dipende molto.

[...] L'insalata anche la mangiavano con le mani tranquillamente. Ovviamente poi in Minio c'è anche la differenza di un Djobo e Mintoumba che hanno una certa età, hanno una storia di migrazione più lunga, però mantengono molto di più certe usanze del paese.

L. Perché secondo te?

A. Beh loro sono molto più attaccati alle tradizioni e alle usanze. Gli altri sono considerati, i giovani, con una mentalità molto più europea e quindi sono molto più tradizionalisti. Sui togolesi, quando c'era una grossa presenza di togolesi, era bellissimo perché al sabato arriva una signora, togolese moglie di un togolese, che faceva formaggio fatto in casa. Formaggio togolese, che io non sapevo l'esistenza di questo formaggio togolese. In realtà è tipo feta, che loro cucinano nella zuppa ed è squisito, tant'è che io avevo detto "La prossima volta che viene la signora, prendetene anche per me". Lei lo faceva a casa sua, poi lo portava in bicicletta fino a via Minio e loro compravano dieci euro, venti euro, lei lo vendeva in panetti e poi questa signora non ha più fatto il formaggio, quindi io non sono più riuscita a comprarlo. Però loro hanno rimediato facendo loro una cosa, cioè mettendo latte e sale in una terrina e spremendoci dentro il limone. Il latte si rapprendeva e poi loro gli davano una forma. E loro avevano rimediato alla mancanza di questo formaggio togolese con questo.

L. E la signora?

A. La signora non si è più vista! E io ci sono rimasta male perché era di una bontà! Io l'ho mangiato con il riso con sopra la zuppa con questo formaggio. E penso che sia stata l'unica volta che ho visto ospiti mangiare formaggio. Ecco, Ebrima l'altro giorno l'ho visto che si è fatto un panino con l'Emmenthal ma ecco. Poi l'altro grosso timore che hanno, e per cui sono seriali nell'acquisto, cioè loro comprano sempre le stesse cose, perché sono terrorizzati che ci sia strutto, maiale e altro. Tipo è successo una volta che una persona aveva comprato delle piadine e c'era scritto "Con olio di oliva". Io lo giro e vedo che sì, non c'era lo strutto, ma c'era l'alcool per conservarli. E allora ho detto "Guarda, Sami..."

L. Tu glielo dici?

A. Eh sì, io glielo dico. Io glielo dico. Io gli insegno a leggere bene le etichette. Sì sì io glielo dico. Infatti poi quel giorno me le hanno regalate, e poi sì, anche quando facevo le spese per il CAS.

L. Con la pandemia, no? Qualche spesa la abbiamo fatta anche insieme, no?

A. Sì, quella di via Siracusa, quel giorno che pioveva a dirotto, ti ricordi? Mamma mia.

L. Sì, se lo fai tu sì, ma se stanno per mangiare mi sembra di togliergli il cibo dalla bocca.

A. Sì beh poi vedo comunque la situazione, ma in linea di massima glielo dico. Quello era ancora chiuso. Anche perché il mio è un invito a controllare sempre le etichette.



L. Ma sono seriali nel controllare o prendere sempre le stesse cose?

A. Sì sì sì. Cioè tipo il pane si compra all'ins. Non è che sto tornando da lavoro e mi fermo al Despar, io compro all'INS e vado all'INS, anche solo per schemi.

L. Come Fadjiki?

A. Che ha il giorno fisso della spesa? Sì, è uno schema.

L. E poi lui mi diceva che ha imparato in Libia tante cose.

A. Eh sì, eh sì, quello sì. Perché in Libia c'è il foyer. In Libia loro sono, almeno erano, adesso non so com'è la situazione.

L. Loro chi?

A. I migranti che erano in Libia e poi ci sono state le primavere arabe. Loro vivevano nei foyer, loro inteso come gruppi etnici. C'era il foyer dei maliani, dei nigeriani, dei ghanesi... Quello dei maliani si chiamava foyer, in francese, ovviamente, cioè: cucina in comune e stanze separate. E da lì c'era uno eletto al giorno, in una settimana, che faceva la spesa e cucinava per tutti. E loro mettevano i soldi. E quindi cioè lì imparavano a cucinare.

L. Questo prima della primavera?

A. Sì, quando la situazione era stabile e loro erano lì per cucinare.

L. E Fadjiki, dici che stava così?

A. Fadjiki è un 2014 ma non so quanto tempo prima sia arrivato in Libia. Nel 2014 è arrivato qui, era piccolino però quando è arrivato. Lì molti hanno imparato a cucinare là.

L. Alla fine delle cose mi sorprendono, però in fondo è come gli studenti fuori sede, ma sono temi che mi piacciono. Ma forse stavi dicendo altro prima?

A. Non mi ricordo. Ah, che loro vanno a fare la spesa tutti i giorni. In Minio. Secondo me è una cosa dovuta agli spazi, anche nel frigo e di conservazione, alla disponibilità finanziaria, perché oggi li ho e domani non lo so, ma in linea di massima non fanno una spesa un po' più consistente che gli basta per

una settimana. Penso che sia dovuto soprattutto agli spazi e alla paura che qualcuno te lo possa prendere.

L. E poi che tu non sei cresciuto con la GDO e l'abitudine della spesa grande al sabato magari.

A. Certo.

L. Sulle pratiche bizzarre, io ho visto che un ragazzo del Bangladesh ha usato un altro modo per cuocere il riso, facendo una pila di pentole per non far uscire il vapore, io avevo anche una certa paura perché la pentola in cima in equilibrio era piena di acqua.

A. Mi viene in mente sempre Djobo. Per la festa del capretto avevano comprato mezzo capretto e un giorno sento Bum bum, e dico Djobo cosa stai facendo? Lui "Sto tagliando mezzo capretto".

L. Dove?

A. In cucina. In quello spazio che c'è dove sta il microonde. E "ah no è ancora un po' congelato". Poi il gombo, l'okra, lo zenzero anche tanto ne vedo.

L. I maliani, giusto?

A. Sì, e i senegalesi, e gambiani anche. Lo zenzero cura tutti i mali, mal di testa, raffreddori. Che poi è vero eh, anche io l'ho provato. E poi ieri ho sentito questa cosa sugli zuccheri, perché sui galani c'è lo zucchero a velo. Quando abbiamo letto che nei galani c'è il vino bianco, Assane mi dice "Perché il vino bianco? Noi beviamo la Coca Cola" E io gli ho spiegato che non parliamo di bere insieme ma di mettere dentro una ricetta il vino bianco. E da lì si è scatenata sta cosa sulla Coca Cola, uno diceva "Ma no, sono troppi zuccheri, non bisogna bere troppi zuccheri, la Coca Cola fa male, tutto zucchero, non si beve". Amadou Traore sosteneva la Coca Cola, Patrick era detrattore.

L. Eh ormai tanti contenuti penso che arrivino anche a loro, sono cambiati forse piano piano.

A. Altra cosa è che la carne in Italia non ha lo stesso sapore che al loro paese. Quindi anche l'odore del cibo è diverso.

L. A me un ragazzo di via Stradivari disse che mangia carne ma non tanta, io shockata, un afghano atipico. Mi fa "Eh ma è diverso, non sai da dove viene...". Questa cosa mi ha un po' sorpreso.

A. Eh sì, la carne non ha lo stesso gusto. Pensano: “La mangio, perché per il motivo di prima, però non ha lo stesso gusto.”

L.E come prendono il fatto che sei vegetariana?

A. Eh, come ogni volta che rifiuti qualcosa. Lì con Sara soprattutto ci sono voluti un sacco di mesi. Lì i gambiani si offendevano a manetta se non mangiavamo con loro. C'è voluto tempo per spiegargli che noi abbiamo un orario della colazione, del pranzo e della cena, quindi se io vengo alle tre che ho appena pranzato e tu ti sei appena alzato e stai mangiando thieboudienne io mi mangio un cornetto o un gelato, e loro lo vedevano come un rifiuto, non ti piace il mio cibo, o un distacco, un allontanamento. E lì c'è voluto molto tempo e un grosso lavoro per far capire loro che le motivazioni erano semplicemente queste. Noi ci fermavamo molto spesso a mangiare anche lì da loro. A me in generale piace molto la condivisione di cibo.

## Intervista a Djobo

Padova, 06.04.2023

L. Ciao Djobo, ho intervistato già Nicola, Alessandra, Fadjiki, volevo parlare anche te. Sai che in CAS è diverso con il cibo, lì teoricamente tu sai che la Prefettura direbbe che tutti quanti devono avere colazione con le fette biscottate, sai quali sono no?, pranzo con riso, pollo, cena, tutto preciso, e ci sono delle cooperative più grandi dove gli operatori portano già quelle cose. Noi diamo più libertà, per esempio andare all'Asia Africa Market, però se uno segue quello che dice il Governo, noi dovremmo dare le fette biscottate che penso che a nessuno interessa mangiare fette biscottate con burro e marmellata, di persone africane, afgane... A partire da questa cosa, che secondo il Governo si dovrebbe fare una cosa che non tiene molto da conto la libertà delle persone di cucinarsi ognuno quello che vuole, ho cominciato un po' a sviluppare un pensiero, poi ho intervistato anche dei ragazzi che non conosci, del Bangladesh, che sono ragazzi veramente giovani e hanno tutti imparato a cucinare qui, in Italia un po' e certe cose gli ho chiesto "Ok, ma se voi non sapevate cucinare..." E loro mi hanno raccontato un po' come si sono inventati delle cose. Quello che avevano chiesto al paese, quello che si sono inventati loro. Fadjiki per esempio ormai è un italiano, mi ha detto che c'è il risotto africano, il thieboudienne, thiebou yapp, mi dice che invece il mafe è un riso... Lui mi ha detto che quando tu fai il riso bianco e sopra metti la salsa di arachidi è un riso, se invece cuoci già il riso con le verdure, col pollo, tutto insieme, allora lo chiami risotto, perché effettivamente in Italia è così, quando tu fai tutto insieme è risotto. Però io non avrei mai pensato di dire risotto africano! Quindi ecco, un po' anche come vi rapportate con l'Italia, quindi se c'è qualcuno che mangia cose italiane, se c'è qualcuno che cambia magari, Falilou, lui lo conosci, è togolese.

D. Sì, conosco Falilou.

L. Fadjiki mi raccontava che Faliulou faceva gli spaghetti con la salsa di arachidi, che è un mix fra cose africane e italiane! Oppure per creare la cosa del vapore, del riso, con la plastica... Mangiare con le mani, con la forchetta... Anche qua c'è una grande divisione, se ho ospiti, magari mangio con la forchetta oppure do la forchetta agli ospiti... Io lascio parlare te, tanto ho registrato e sono sicura che man mano che parli se io ho delle domande te le faccio. Intanto ti chiederei un po' in generale quello che tu osservi dei ragazzi, e se è cambiato nel corso degli anni, e che cosa è cambiato, magari.

D. Sai, ci sono tantissimi ragazzi che non sanno cucinare prima di arrivare qui.

L. Prima di venire in Italia o a via Minio?

D. No, qui in Italia. Loro hanno imparato soprattutto come banku, hanno imparato di fare banku quando loro...Per la strada, queste strade di Libia!

L. Ah, in Libia!

D. Sì, hanno vissuto in Libia con la gente che fa banku, e hanno imparato banku, di fare banku. Quando sono arrivati qui. Ma noi per esempio io ho imparato di fare cucina, di cucinare al paese! Dai miei genitori! Perché i genitori hanno l'idea che uno giorno posso mi spostare vivere da solo e lì bisogna sapere cucinare. Allora ho imparato a cucinare al paese dai miei genitori! Così ma ci sono alcuni che non sanno niente prima di arrivare qui. E sono arrivati, io conosco anche togolesi che non sanno niente di cucinare. Che sono arrivati qui così,

L. Ma tanti ragazzi mi hanno detto "io non so cucinare perché a casa cucinava mia mamma e io dopo mi sposavo quindi non era importante". Quindi volevo sapere: i tuoi sapevano che tu andavi a vivere per conto tuo ed era importante che fossi autonomo? Capito?

D. Eh, ma direi che soprattutto io vedo che la cultura. Per esempio la gente che arrivano di Mali, Sahel, Burkina Faso, Niger, tutti questi paesi che sono sopra, loro il primo piatto è il riso.

L. Sì, e da te no, vero?

D. Da noi no! Da noi il primo piatto è banku! Ma loro, a loro hanno imparato di fare banku da noi

L. Chi?

D. La gente di Sahel, Niger, Burkina Faso, tutti questi che sono al nord loro hanno imparato di fare banku da noi. Ma noi il primo piatto è banku. Riso è giorno di festa. Ma ho visto da Bangladesh qui, che loro sempre riso! Mattina riso, mezzogiorno riso, pranzo riso, e la cena riso.

L. Anche la mattina?

D. Sì! Perché quando loro fanno riso di cena, la sera, loro mangiano e c'è il resto. Questo resto mattina loro mangiano prima di uscire. Ma da noi non è possibile. Non è possibile.

L. E tu tipo la mattina cosa mangi?

D. Noi facciamo tè. Facciamo tè o c'è una, come si chiama, non è... noi facciamo un liquido con farina di mais per bere.

L. Per bere o come una crema?

D. No, per bere. Non è una crema. È un liquido con farina!

L. Perché Sara mi ha regalato una polvere di mais con avena da fare la mattina con un po' di zucchero, si chiama Tom Brown, non so se è la stessa cosa, ti faccio vedere se trovo una foto. Quella che dici tu è zuccherata o salata?

D. Zuccherata!

L. Cioè quella esce fuori tipo così quando la prepari (mostra foto)

D. Sì, è questa, loro mettono dentro acqua bollente, farina, così diventa qualcosa da bere! E bevono con, come si chiama... Gateau! Noi chiamiamo gateau.

L. Torta, no?

D. Sì, torta. Questo è per la colazione.

L. Sì, questo è buono! Diceva di mettere anche un po' di latte condensato.

D. Sì, latte!

L. Con gateau o con pane? Tipo questa foto.

D. Sì, sì, questo.

L. Sì, un po' più simile alla colazione italiana, con qualcosa di dolce. Ma tu hai avuto persone del Bangladesh qui in via Minio?

D. Sì, ai tempi di Naushad. Al suo tempo abbiamo persone del Bangladesh più numerosi. Così ho visto che loro mangiano sempre riso: mattina, mezzogiorno e la sera. Loro non sanno bere the, fare the.

L. Loro non fanno the con latte?

D. No: riso! Mattina riso, mezzogiorno... Come la mattina vanno via... Non so. Sera riso! Ma loro sistema di cucinare riso non è come il nostro. Prima loro mettono riso dentro acqua, fanno bollire, e dopo buttano via questa acqua, mettono un'altra acqua e fino alla fine. Così loro fanno. Invece da noi non è così.

L. Metti acqua e la lasci.

D. Sì!

L. Ma magari loro mettono un sugo anche, una salsa?

D. Sì, quando riso è pronto mettono a parte e mangiano con un riso, con un sugo.

L. Quindi prima acqua, prima acqua e la salsa?

D. Loro mettono un'acqua, buttano via, mettono altra acqua. Ma personalmente penso che loro non sanno le conseguenze di questa pratica. Perché noi abbiamo imparato alla scuola che il riso ha una vitamina che loro buttano.

L. Okay, è l'amido?

D. Non è amido, non amido. Ho imparato...

L. Ma tu insegnavi a scuola?

D. Sì! Sciences naturelles. Perché ho insegnato la terza classe di elementari, prima. Lì insegni tutto.

L. Anche in Italia, alle elementari sì.

D. Dopo ho insegnato al collegio, lì è biologia. Ma quello che insegniamo non è quello che abbiamo imparato a casa. A casa vediamo genitori cucinare e basta. Quello che noi insegniamo è quello che impariamo sui libri.

L. Tipo quello della vitamina del riso era una cosa di scuola.

D. Quello abbiamo imparato perché quello tempo abbiamo imparato che chi mangia riso sempre sempre ha problemi di beri beri, è una malattia, beri beri. Allora quando loro buttano via questa acqua, una maniera di creare questa malattia che si chiama beri beri, perché chi mangia sempre sempre riso ha questa malattia.

L. Forse è vero, forse manca una vitamina a chi mangia sempre riso. Ora cerco... (vedo su Google) vitamina B1.

D. B1, ecco!

L. E questa è nel riso o quando tu butti via l'acqua? Ora non ho guardato bene.

D. Secondo me loro quando buttano l'acqua, buttano via una vitamina. Quello che mangiano è un riso senza niente!

L: Più povero.

D. Esattamente! Questa malattia di Beri beri, una volta ho visto un reportage che soprattutto in Bangladesh quelli che vanno verso Thailandia hanno questa malattia.

L. Ma quelli del Mali anche, che mangiano sempre riso?

D. Vero, riso è primo piatto, ma ci sono altre cose, per esempio mais, fagioli, e altre cose che loro mangiano.

L. Miglio, forse?

D. Sì, loro mangiano. Ma riso è primo piatto. E tutto questo riso è importato di Thailand e questi paesi vicino la Cina, loro vanno lì per comprare portare qui, mangiare. Invece da noi il primo piatto che è Banku, noi facciamo mais, tutto è coltivato dentro il nostro paese. Questa è la differenza.

L. Tu lo prepari anche in Italia, il banku?

D. Sì, lo faccio perché quando sono arrivato abbiamo visto che c'è farina.

L. Di mais, sì, polenta.



D. Sì.

L. Usi quella? Perché ci sono tanti tipi di farina di mais! Non tutto è come la polenta!

D. Noi usiamo farina che è al mercato.

L. Asia Africa?

D. No, quello che vediamo! Aspetta (va a prendere nella sua stanza un pacco di farina per mostrarmelo): questa farina!

L. Ma questa è di grano! Ma va bene anche questa?

D. Noi facciamo con questa! E anche compriamo per mandare al paese.

L. Perché lì costa di più?

D. Perché non c'è. Di questa loro usano per fare pane. Allora non sono tutti che sono capaci di avere questa. Noi mangiamo perché abbiamo avuto qui. Ma quelli che è al paese è farina di mais.

L. E con quella il pane non si esce bene.

D. No, quella non fa pane, solo questa fa pane. Allora quando compriamo per mandare al paese, questo fa bene per loro.

L. E loro ci fanno il banku?

F. Sì loro fanno banku con questa. E meglio di mais, perché banku di mais diventa duro, invece questa no, no.

L. Io forse l'ho assaggiato solo con questo il banku. Ho provato il fufu, ma in Togo non si mangia, no?

D. C'è, qui abbiamo una farina di Fufu, al mercato di cinese. Questa farina è fatta con yams, questo noi chiamiamo fufu. Banku è questa farina di mais. Ma siamo gli stessi, tutti questi paesi: Nigeria, Ghana e Costa d'Avorio, tutti così.

L. Ma i nigeriani usano anche abbastanza riso, no?

D. Ma io so che dentro ristorante di Nigeria...-

L. Quale, quello qua?

C. Vicino di cavalcavia, subito giù, c'è uno. C'è un ristorante che tu entri e loro fanno banku, ma io non sono mai stato lì dentro.

L. E come lo fai a sapere?

D. Ho tanti amici che vanno lì soprattutto a pranzare. Io mai. Io non sono abituato a andare fuori per mangiare.

L. Anche io non vado tantissimo. Proprio qualche volta. Ho visto che tanti ragazzi anche di via Minio vanno a mangiare qua, prendono il riso con la carne dal bangla... Anche perché è strano, normalmente qua gente di Afghanistan mangia con gente di Afghanistan, no? Cioè condividono ma sempre fra persone dello stesso paese, no? Invece fuori appunto dove cucina il bangladese magari vanno anche quelli della Somalia, per esempio...

D. Ma io non sono abituato a mangiare fuori. Sono abituato a cucinare. Per esempio per mangiare a lavoro sono abituato a portare un pane che ho fatto qui.

L. Fai il pane?

D. No, compro! Al mercato, e metto gli ingredienti dentro per portare al lavoro, così faccio.

L. E cosa ci metti dentro?

D. Io arrivo a casa, ho già fatto come un sugo, così faccio, metto dentro.

L. Eh ma si risparmiano anche tanti soldi così eh, fai bene, anche io sono come te! Tanti invece si fermano, vanno al bar.

D. Meglio così!

L. Ma tu perché preferisci o per sapere cosa c'è dentro? Tu hai il diabete, è vero? Forse devi anche controllare meglio quello che mangi.

D. Adesso abbiamo scoperto che mangiare fuori non è bene, soprattutto in Africa. C'è gente che mette carne di uomini. Allora abbiamo visto che meglio mangiare da sé, a casa sua. Perché carne di fuori o il ristorante di fuori ci sono tante cose che possono essere dentro.

L. Di animali potevo pensare, ma di uomini addirittura? Ma in Togo?

D. Anche Camerun, Nigeria...Loro fanno questo. E ci mandano con Whatsapp per dire che ci sono persone che fanno questo, che bisogna fare attenzione.

L. E in Italia?

D. In Italia no. Loro fanno controllo, ed è meglio così. Ma in Africa...! Bisogna fare attenzione, loro ci mandano.

L. Anche se sanno che tu sei qua al paese?

D. Sì, ci mandano informazioni su Whatsapp. Bisogna fare attenzione, soprattutto mangiare fuori, no.

L. Ti volevo chiedere poi: in Italia sì ci sono i controlli, però le certificazioni *halal*... magari se più tranquillo su questo fronte in Togo. Tu qui come fai? La carne la prendi all'INS o al PRIX, o in posti *halal*?

D. C'è un mercato verso cinese, vicino alla posta. Loro vengono carne di mucca, carne di tutto. Lì io vado per comprare. Poi c'è un altro negozio, dietro la stazione, verso pakistani.

L. Sì, marocchini, ho capito.

D. C'è un altro di italiani ma loro adesso hanno perso clienti perché loro prima hanno clienti ma adesso loro hanno perso clienti perché vendono il maiale. Per esempio io non sono più andato lì.

L. Perché se già vedi che c'è maiale, non puoi vedere se mescolano...

D. Già. Invece dove ho parlato vicino alla posta lì non c'è maiale, perché anche il proprietario è musulmano: lui non può.

L. Ma la carne la mangi, la mangiate spesso? Tipo tutti i giorni?

D. Sì!

L. E al paese? Tutti i giorni?

D. No, perché è caro. Tu non puoi comprare carne tutti i giorni. Ma qui carne costa meno. Invece al paese loro pensano che noi non abbiamo carne.

L. Perché?

D. Perché non sanno che qui c'è carne. Ci sono persone che prima di andare a casa loro cucinano con olio e portano al paese.

L. Si conserva?

D. Sì, un giorno, quando sanno che devono andare per esempio un giorno, cucinano con olio e vanno.

L. Tu non puoi più andare in Togo, essendo rifugiato.

D. Posso andare in Togo. Prima arrivo in Benin e poi di là posso andare con macchina. Ci sono andato due volte.

L. L'ultima?

D. Penso 2009. Perché dopo ho avuto questo problema di salute e non sono più andato.

L. Hai portato anche tu queste cose?

D. Sì.

L. E ora? Porti qualcosa tramite amici?

D. Sì, farina con container, e dopo ho visto qualcuno che vuole mandare container al paese e facciamo insieme.

L. La carne però no, vero?

D. No, la carne bisogna andare con aereo, per esempio tu sai che domani vai con aereo e allora tu puoi cucinare carne e portare via. Però con container no.

L. E se andassi con bus dal Benin?

D. No, non va bene con frigo.

L. E Ramadan: lo fate insieme tutti o ognuno con le persone del paese?

D. Ognuno fa quello che vuole. Per esempio io e Mintoumba siamo dello stesso paese ma non mangiamo insieme. Ognuno cucina il suo cibo. Non puoi vedere qualcuno mangiare con gli altri. È possibile che persone dello stesso paese mangiano insieme, ma si sono conosciuti qui. Ma questo non va bene.

L. Cosa?

D. Questo, mangiare insieme.

L. Perché?

D. Perché abbiamo origini diverse. Forse il gusto di questo cibo non va bene per tutti. Ci sono persone che preferiscono mangiare con tanto sale, io no.

L. Il Maggi, tipo? Lo usate tutti.

D. Noi mangiamo dado. Io uso dado e meno sale. Ma ci sono persone che non usano dado, allora bisogna assaggiare per capire che le cose non sono uguali. Per esempio noi, per cucinare carne, mettiamo la prima cosa noi facciamo pulire carne dentro l'acqua con sale, dado, e quando è pronto noi prendiamo per mettere dentro olio. Quando olio è pronto, finito: fai un altro sugo. Metti pomodoro, tutto. Invece gli altri, loro prendono carne che hanno comprato dentro al negozio e mettono dentro olio.

L. Ma anche in Italia si fa così. Per te non va bene?

D. Non va bene! Quando Naushad era qui lui compra carne e mi dà e io faccio come noi facciamo. Questo è interessante, è buono che qualcuno che compra mette olio dentro subito, è diverso.

L. Naushad faceva come voi?

D. No! Lui mi dà questa carne e io la faccio dentro olio.

L. Naushad mangiava come voi?

D. Sì! Quando lui compra, mi dà, e lui conserva con lui, e quando è finito lui compra ancora.

L. Bello, vi aiutavate un po'.

D. Sì, come il nostro sistema. Invece i maliani, no, noi non mangiamo così.

L. Che strano! Con Naushad che viene da più lontano avevi trovato un sistema e con i maliani no. Ma forse è anche una cosa di generazione?

D. Quali sono i maliani che ho visto... Non funziona come noi, perché prendi carne, metti dentro olio...così no!

L. Secondo te c'è bisogno di lavare prima?

D. Loro lavano, ma non c'è ingrediente! Bisogna cucinare con acqua bollente così ingredienti possono entrare nella carne. Quando è pronto puoi usare olio. Noi usiamo olio per conservare per parecchio tempo. Se invece tu subito metti dentro olio, non va. Non va.

L. Tu da quando sei in Italia?

D. Dal 2006.

L. E non mangi cose italiane, non te le prepari?

D. Prima quando sono arrivato, a Napoli soprattutto io mangiavo pasta.

L. Napoli è il regno della pasta! Le *royaume*!

D. Ma quando sono tornato qui, non mangio più.

L. La cucinavi tu la pasta a Napoli?

D. Sì sì, io cucino come a casa, prima di portare a lavoro.

L. Come mai qui dopo non più?

D. Non so, non so se questo problema di salute che mi ha fatto un cambiamento, ma fino a adesso posso ogni giorno così, quello che mi viene alla testa, cucino quello che posso mangiare, così.

L. E cos'altro è cambiato? Mangi più carne, non mangi la pasta...

D. Pesce! Quello che mi arriva alla testa quando sono a lavoro, io arrivo a casa, compro e cucino.

L. Tu fai la spesa tutti i giorni? O fai una spesa grande?

D. Io faccio sugo, per conservare.

L. Frigo o freezer?

D. Frigo.

L. Ok, per qualche giorno.

D. Anche per conservare. Se tu arrivi e hai bisogno di mangiare riso, tu cucini riso e c'è sugo per mangiare.

L. Eh sì, se sei stanco da lavoro, il riso lo fai ma non fai tutto il sugo. Tu adesso che orari hai con il lavoro?

D. Diciamo che il part time. Faccio inizio all'una e torno alle 5.

L. Più o meno torni che hai tempo per cucinare.

D. Fino alle 17.30 tu sei a casa.

L. Quando hai la dialisi vai al lavoro?

D. Sì, per questo faccio pomeriggio, non faccio tutta la giornata. Mi hanno impedito, io lavoro a causa di questa legge, la legge 68.

L. Che lavoro stai facendo adesso?

D. Assemblaggio elettronico.

L. Dove?

D. Vigonza.

L. C'è traffico? Ti basta mezz'ora per tornare?

D. Ci sono tantissimi pullman. Almeno trenta minuti a Ponte di Brenta a qui. Poi ho lasciato bicicletta. Quando arrivo prendo bicicletta e vado a lavoro.

## Note da intervista a Hossam

Padova, 20.05.2023

L. Cucini italiano?

H. No, no.

L. Ah, prepari cibo siriano! It requires time!

H. I prepare *single men food*.

L. For example?

H. For example I do a lot of fagioli. I love fagioli. Or eggs. I can do eggs. Sometimes I also do pasta. I do not consider pasta as an Italian dish, since I also use to do it when I was in Syria. So, it is quick and simple. *Single men food*.



## Intervista a Falilou

Padova, 21.05.2023

F. Tutto ben?

L. Ciao Fali. Insomma, italianizatissimo!

F. Sì sì, ormai essendo con loro sempre, hai sempre qualcosa degli italiani. Prima non sapevo andare in trattoria, ora vado in trattoria, mi prenoto anche la cena, tutto quanto.

L. Se hai un buon contratto, fai bene!

F. Un lavoro che ti permette di vivere, di mettere qualcosa da parte e pagarti la vita

[...]

F. Quando sono stato giù a luglio, sono passato in Ghana, conoscevo una famiglia che ha preparato un sugo nostro che si chiama *shito*, un sugo che lo metti su una garza e scende l'olio giù e rimane tutto secco.

L. Ma che di è fatto? Carne?

F. No, no, non so il nome in italiano, zenzero? Lo gratti, fa tipo grano. Per iniziare a farlo devi fare come un sugo di pomodoro ma senza pomodoro. Olio, zenzero, cipolla, lo lasci sul fuoco, metti tutto quello che vuoi per dare sapore, lasci fino a che non diventa tutto nero, non so se è zenzero, *gingembre*.

L. Sì, è zenzero!

F. Ok, diventa come segatura, poi diventa nero, con l'olio metti tutti i sapori che vuoi, dopo che hai finito tutto che è una zuppa che puoi mettere con il riso, riso con fagioli, lo metti in una garza e quando lo vuoi cucinare lo metti con un po' di olio e torna così come per non portare con tutto olio. Tutto quello che vuoi cucinare basta che lo metti con olio e torna come prima.

L. E ti hanno fatto portare questa cosa?

F. Sì, avevo detto a un amico che ero in Ghana e mi hanno detto di portare questa cosa e anche carne di mucca senza olio, tutto tolto l'olio e tutto, lui ora lo può conservare in freezer perché non si rovina, puoi utilizzarlo quando vuoi. Da noi si usa tanto questa roba, di portare la roba che viene da giù. Di solito è ai ghanesi che piace tanto questa roba, lo *shito*. I ghanesi mettono anche dei pesciolini secchi, diventa molto saporito. La gente ti dà tutto quello che prepara per i figli, per portare qua. Io trovo quello che voglio qua, non ho mai chiesto a nessuno, quando sono stato in Ghana non ho mai portato niente per me. Sai che io vivo a casa da solo, mangio qualcosa da me. Sai che le femmine hanno più mano per cucinare di un maschio. Se voglio dedicare due ore a cucinare, cucino anche quello che fa una donna, ma se non ho tempo chiamo la moglie di un mio amico me lo prepara lei, prendendo il cibo dai cinesi dell'asia africa, prende ingredienti e vado a prendere. Ad esempio carne di mucca e di pollo, c'è un altro piatto che si chiama mafe.

L. Quello di arachidi, no?

F. Sì, ma i maliani fanno con arachidi, mafe, okra. Io lo faccio diverso, ho anche la foto. Proprio oggi mi è arrivata la notifica su Google. Questo è il nostro formaggio.

L. Sai chi me ne ha parlato di questo formaggio? La Alessandra! Tu lo trovi ancora?

F. Se lo vuoi te lo porto! Ma senza friggerlo, lo friggi tu! Chiamo il mio amico, lui me lo dà. Quello che ho a casa l'ho già adoperato, questo era quello che avevo a casa.

L. Alessandra mi ha parlato proprio di recente di questa cosa!

F. E a me proprio oggi è arrivata questa cosa da Google. Questo è il pesce che ho fatto, questo il mafe... Esiste anche con solo arachidi, io metto anche pomodoro. Questo è platano, questo me lo ha insegnato Matinou, è tipico del Ghana, sono spaghettoni ma fatti tipo riz gras, non devi fare bollire. Questa è la carne che ho fatto per una festa di amici.

L. Se vuoi mandarmele Fali, io penso di mettere una bella appendice!

F. Ti mando questa foto collage con tutte, così le hai!

[...]

F. Io ho provato a fare questo formaggio ma non ho tempo, devi prendere latte, aceto, fai bollire e fa grumi, poi lo metti in uno straccio, rimane il formaggio e cade l'acqua sotto, ma ci vuole molto tempo.

L. Mi dicevi che Matinou ti ha insegnato a cucinare... A me Fadjiki diceva che gli hai insegnato tu a fare gli spaghetti con burro di arachidi. Per lui era una cosa stranissima!

F. Sì loro fanno diverso, loro mettono okra, ma per me diventa un po' gelatinoso. Se io non metto quello, posso usare mafe per fare riso, anche pasta. Non uso pomodoro così, faccio proprio un sugo, con arachidi e tutto, posso usarlo per tutto.

L. Per Fadjiki era molto strano!

F. Usiamo in modo diverso.

L. Ma tu dove hai imparato queste ricette?

F. Alcune sapevo già, qua ho trovato altri ingredienti per farlo meglio. In togo non bollivo carne e toglievo acqua, mettevo tutto insieme, carne, pomodoro dentro. Ora ho la possibilità di fare carne in parte e pomodoro in parte, che viene meglio. In togo non sapevo fare, c'era la mamma che preparava, poi anche se non c'era nessuno andavo fuori a mangiare, non a ristorante, tipo semplice. Lì non hai da preoccuparti, se non ti cucini trovi comunque. Qui se non ti cucini nessuno ti cucina. Per diventare così ho fatto tante prove. Ma gli ingredienti non mancano. Ho anche trovato qua ingredienti che non trovo in Togo.

L. Il fufu invece lo fai mai?

F. Sai che il fufu a casa mia non si fa con la farina, si fa con yam o platano. Platano più in costa d'avorio, da me più Yam. Lo cucini e diventa morbido. Hai un coso tipo tronco di una pianta scolpita bene che serve per battere bene, da noi si chiama *soyya*, un bastone stretto e grande. Lo batti fino a che diventa morbido. Qua ho visto che c'è farina per fufu ma ho visto che mangiandola prendevo peso, diventavo grosso, ho detto no. Ingrassavo, ma non l'ho notato solo io. Anche la moglie del mio amico e amici che erano con me a casa, hanno visto che stavo salendo alle stelle. Quando non lo prendo, scende. A Abubakar l'ho insegnato io a farlo, anche io lo facevo. C'è uno che è giallo, si trova dai cinesi, fa molto volume, è grano un po' grosso, è diverso dallo yam che è fino. Costa sei euro dai cinesi. Ma non vedi il risultato giusto come con il vero yam. Con lo yam vero va bene. Qua non ho la cosa per schiacciare.

L. Ma non è che magari ne mangi di più dato che non lo devi preparare?

F. Forse, in via Viotti mangiavo tanto veramente, appena arrivato.

L. Poi dovrai darmi una ricetta per fare una salsa, dato che mi sono comprata anche io un fufu di yam e platano da Ethnic World!

F. Se vuoi una cosa semplice semplice è metti la carne che vuoi, inizi già a mettere cipolla e tutto quello che serve per il brodo, poi il pomodoro ma non troppo che diventa massa pesante, lo metti poco, leggero, non è sugo come riso o pasta, deve essere leggero per fufu. Questo è semplice, se lo vuoi complicato puoi fare anche con pesce, quello da frigo congelato del negozio.

L. Giù lo facevi spesso con pesce?

F. Era caro, non lo mangiavo spesso. Adesso per me non è tanto, lì sì. Sennò si può fare anche con la pelle della mucca.

[...]

F. A Popoli Insieme noi prendevamo 215 euro di pocket money e cibo. Se facevo spesa prendevo sacco di riso da 18 kg, ingredienti che mi servono, carne ogni settimana perché siamo tanti e il frigo è piccolo, quindi prendevo manzo e due o tre polli, pagavo massimo 100 euro, arrivavo a fine mese che restava ancora, allora compro un po' meno, fino a che non avevo più bisogno di soldi per prendere le robe, avevo in più e non dovevo aspettare i soldi di Popoli Insieme.

L. Ora le cose sono cambiate, ora non so come faresti se fossi appena arrivato...

F. Io appena arrivato mangiavo tanto. Ho visto il cambiamento, da solo mangiavo non un chilo di pasta ma comunque tantissimo.

L. Avevi fatto la fame...

F. La mattina facevo colazione benissimo, prendevo brioche. Adesso con il caffè va bene. Appena arrivato non ce la fai. Se ora mi davano caffè e fette biscottate, come fai? Uno appena arrivato da Africa.

L. Pensa che in grandi coop arrivano i pasti chiusi.

F. C'è un mio amico che sta in una coop che si chiama Sara, lì arriva una scatola, la tipo frigo, la appoggiano e vanno via. Una volta ho chiesto cosa fosse, mi hanno spigato che era il cibo.

L. E qualcuno lo mangia?

F. Eh, pochi lo mangiano! Un mio amico regalava a suoi amici che non avevano una casa.

## 5.2 Note e diario di campo

### Note di campo<sup>40</sup>

Monselice, 14 Settembre 2016

James mi ha regalato una coscia di pollo fritta lunedì, mentre ero reduce da una brutta influenza intestinale. Allora ho ringraziato James e gli ho detto che magari il fritto meglio di no, ancora qualche giorno, che non vorrei fare il passo più lungo della gamba e poi accorgermi di essere punto e da capo. Allora ho chiesto un involucro e ho incartato il pollo per portarlo via: mai i sacchetti di plastica del riso sottovuoto si sono rivelati così utili. La sera stavo meglio e avevo il pollo bello e pronto, con due patate saltate e un po' di ketchup, e mentre una sfilza di cristiani probabilmente rendeva grazie a Dio, io rendevo grazie a James per risparmiarmi la fatica di sporcar pentole e perdere tempo. Scatto una fotografia al mio invitante pasto e la inoltro su Whatsapp ai ragazzi. Un'ora, due ore e nessuno risponde. Strano, mi divertono sempre i loro messaggi che stento a capire, i loro auguri per festività tutte italiane di cui non sanno la storia ma di cui fiutano la solennità. Come quando ho spiegato chi era Mussolini – una specie di Hitler, visto che il dittatore tedesco risultava più noto – e perché il 25 aprile fosse festa da queste parti. Quel 25 aprile fu un continuo scambio di auguri, assai buffo visto da fuori.

Solo l'indomani del giorno del pollo, per puro caso, capii come erano andate veramente le cose. Incontrai Abiola mentre io perdevo l'autobus per recarmi nella sede dove mi aspettavano quattro ore di corso sulla sicurezza e lui, piccolino, andava a scuola. Al solito scambio di saluti, Abiola nella fretta ha aggiunto di essere stanco per quello che era successo ieri, nel pomeriggio e poi fino alla notte. Cosa è successo? Kaba ha spaccato la faccia a James. E vola via, per non tardare a lezione. Quando raggiungo i colleghi vedo anche loro stremati. Mi spiegano: una stupida lite per il controllo della cucina per poter cucinare, poi il tracollo della situazione. Basta poco perché tutto degeneri in uno spazio troppo saturo di storie che hanno ferito indelebilmente gli animi. Kaba è il più bravo della classe, il sapientino orgoglioso che non mi lascia aiutare quelli che più si trovano in difficoltà ma che preferisce primeggiare con il suo impegno. Ma è comunque il primo della classe. Mi parlano di intervento della polizia in seguito alla chiamata all'ambulanza da parte di Konte, il francofono sveglio e un po' introverso che mi ha affidato l'incarico di

---

<sup>40</sup> Definisco, in questo, caso, “note di campo” gli appunti che ho preso prima di avere piena consapevolezza del fine della mia scrittura. Come spiegato, infatti, l'idea iniziale era quella di dare una piega narrativa al mio vissuto.

cercargli una fidanzata italiana. Mi parlano di occhi e naso e labbra feriti, di perdita di sangue e di sensi, di maxillo-facciale e trasferimenti in due tre ospedali diversi. Assisto all'isteria degli operatori troppo sensibili per far fronte alla situazione e alla preoccupazione degli altri. Ripenso al pollo mangiato con serenità mentre chi me lo ha cucinato cadeva a terra col volto sfigurato. Perché? Hanno allontanato Kaba, a giorni si deciderà che fare di lui. Io telefono a James, gli chiedo come sta, *Take care*, ripeto, senza nemmeno la voglia di capire nel dettaglio come sia stato possibile un simile eccesso, ché tanto si sa che gli eccessi sono perlopiù privi di motivazione razionale. James sta giù, ma sembra prevalere il piacere nel ricevere la telefonata dell'insegnante di italiano. Giorni dopo mi dirà che è meglio per Kaba non ritrovarsi più di fronte a lui perché rischierebbe grosso; Alim Gul, la voce della verità, l'analfabeta super partes, mi rivela che le colpe sono addossabili ad entrambi. Così, mentre tutti pensano a come punire Kaba, io mi pento del supporto incondizionato dato a James per merito di una coscia di pollo. *Com'era il pollo?*, mi chiede. Buono, non mi ha fatto male. Lo avevo fritto perché quelli cotti nel sugo non sarebbero stati pronti prima che tu te ne andassi e non volevo lasciarti senza nulla. Grazie, James, ciao. Taglio corto perché continuano a risuonarmi dentro le sue esplicite minacce al ragazzino maliano. Kaba invece ha dormito a casa del primo operatore che si è fatto carico delle sue convulsioni nevrotiche, dei pianti di rabbia e poi di disperazione quando ha capito di aver rovinato il volto all'amico. Non si presenta a lezione, non lo fa nemmeno James. Chiedo a entrambi perché ma, mentre uno rimane evasivo, l'altro si calca addosso l'immagine di vittima, e più lo fa e più mi chiedo come sta Kaba. Perché nessuno di loro è solo santo e solo martire. Nessuno è solo santo e solo martire.

## Diario di campo<sup>41</sup>:

11 Luglio 2021

Orto sociale del Parco Milcovich, Padova

Le prime zucchine maturano. Con me ci sono due volontari italiani e Mamamdou M, ragazzo gambiano ventunenne che mi confessa di non voler prendere zucchine perché non sa come cucinarle. Provo a dargli un paio di ricette italiane. Lo convinco a portare a casa una zucchina molto grande (andava raccolta prima) e una di dimensioni più contenute. Pochi giorni dopo mi invia una foto su WhatsApp, capisco immediatamente che si tratta di “thieboudienne”, piatto senegalese e gambiano, in cui ha inserito anche le zucchine.

13 Novembre 2021

A casa di Mamwaly

Mamwaly ha chiesto ai suoi coinquilini di poter occupare la cucina per festeggiare il suo compleanno con due amiche italiane e due amici gambiani. Un'amica è una collega di lavoro e l'altra sono io, sua ex-operatrice e tuttora dipendente della realtà che lo accoglie. La collega si è portata un amico e una bottiglia di vino. Mamwaly lascia che lo bevano. Al centro del tavolo ha messo dell'uva e due pacchi di Doritos da cui attingiamo indistintamente in attesa del piatto principale.

Quando tutto è finalmente pronto, la tavola sembra divisa in due: condividiamo le pietanze ma non gli spazi né i modi. Mamwaly porge a me e ai due italiani dei piatti di carta insieme forchette e cucchiari che riconosco appartenere al kit usa e getta che gli operatori hanno fornito ai beneficiari per pronto uso nel caso di positività al Covid. Ci versa una montagnetta di riso nel piatto e 6-7 tocchi di carne. Io lo fermo al quarto pezzo, assicurandogli con garbo che non si tratta di diffidenza nei confronti della pietanza. Per i gambiani Mamwaly versa in una grande ciotola abbondante riso con carne, poi la piazza al centro della loro metà di tavolo. Al centro tavolo restano l'uva e le Doritos che fungevano da antipasto.

04 Marzo 2022

Orto sociale del Parco Milcovich, Padova

---

<sup>41</sup> Definisco, in questo contesto, come “Diario di campo” ciò che ho scritto da quando ho iniziato ad avere consapevolezza che il risultato della mia osservazione partecipante sarebbe stato il presente lavoro di tesi.



Siamo a marzo ed è tempo di comprare le piantine per l'orto sociale. Il mio collega Nicola, per sbaglio, invece di comprare 4 piantine di basilico, ha comprato 4 confezioni da 6 piantine ognuna: ci troviamo con 24 piantine di basilico. Flavia ed io abbiamo un momento di sconforto iniziale, dettato dal timore di buttare presto gran parte del raccolto, visto che gli ospiti non conoscono questa pianta né dimostrano apertura verso gli ortaggi ignoti. Poi è lei, con il disinteresse e la spontaneità della volontaria, a fare una proposta azzardata: "Perché non proviamo a preparare una grande ciotola di pasta al pesto ogni volta che ci incontriamo in orto? Io sono disponibile a farlo". Decidiamo di tentare, mantenendo alcune accortezze: poco parmigiano, parecchio aglio, qualche anacardo invece dei pinoli per contenere il prezzo e usare un ingrediente forse più noto, molte foglie di basilico per mantenere ben visibile il colore e spiegare l'iter di preparazione. Flavia prepara la pasta al pesto e la portiamo in orto. Provvediamo a fornire piatti e posate a tutti e serviamo generose porzioni di pasta ai ragazzi, accaldati dopo aver zappato. In pochi minuti, il chilo di fusilli al pesto è sparito. L'episodio mi conferma il ruolo fondamentale della fiducia nelle occasioni conviviali e delle relazioni bidirezionali e paritetiche. Se nel 2016, in mezzo a sconosciuti che non mostrano l'intenzione di avvicinarsi mentre degustano piatti caldi e profumati ma inaccessibili, l'insalata di riso destava sospetti che generavano rabbia, nell'estate fra ortolani basta sapere che il basilico proviene dall'orto, basta fidarsi di chi ha cucinato perché si sono condivise zappate e raccolti negli ultimi tre anni, basta vedere che tutti si nutrono allo stesso modo. La fiducia è una pianta che cresce lenta ma dà i suoi frutti.

17 Maggio 2022

Appartamento di via Viotti, Padova

Con poco preavviso, abbiamo organizzato una cena in via Viotti. La casa ospita due maliani, due pakistani, un nigeriano che non si presenta a tavola. È molto tempo che non vedo i ragazzi ed è da prima di Ramadan che ci diciamo di organizzare una cena insieme. Saqib mi aveva invitato a rompere il digiuno insieme, ma non sono mai riuscita a organizzarmi. Mi presento con F. e con un po' di snack da lasciare ai ragazzi. Mentre Fadjiki e Yacouba, i ragazzi maliani, mi accolgono in salotto, Hamza e Saqib in cucina non si danno pace.

Saqib ha preparato uno stufato di spinaci e cuore di agnello o bovino, non ho capito, del riso biryani e delle polpette sia di carne che di patate, entrambe molto piccanti. Hamza lo aiuta e, intanto, inforna una grande teglia di pizza. Provo a sfuggire dal salotto, dove sono trattenuta probabilmente per cortesia e per lasciare spazio ai cuochi, per curiosare in cucina. Hamza mi spiega che mi aspettava dal mattino per cucinare insieme, e non alle sei, perché ormai è tardi e gran parte delle pietanze è già pronta. Gli spiego

che pensavo che due/tre ore fossero sufficienti per imparare qualcosa. Chiedo come abbia imparato a cucinare la pizza così bene, mi racconta per la prima volta il suo punto di vista riguardo quella convivenza con Tonio, il giovane gesuita argentino che ha chiesto alloggio e dato in cambio lezioni di giocoleria e di cucina ai suoi coinquilini qualche mese fa. Capisco che Hamza è molto fiero della pizza che mi sta preparando e cerco di immaginare questo scambio di ricette fra uomini che non parlano la stessa lingua. La pizza è buonissima, come tutto il resto.

Mentre mangiamo in sei -due italiane, due maliani e due pakistani- proviamo a parlare un italiano misto all'inglese, che ormai i due maliani hanno imparato nei corsi per ottenere la terza media al CPIA, ma molto spesso facciamo ricorso al traduttore di Google, soprattutto per parlare con Saqib. Saqib è sul territorio dal 2017 e parla l'italiano meglio di Hamza, arrivato nel 2020. Tuttavia, la lingua che padroneggia non gli è sufficiente per dire la sua su un tema che gli sta a cuore e che insiste per condividere con me.

Mi parla della religione e della sofferenza dell'uomo, del significato della vita. Questa condivisione mi lascia spiazzata, eppure, anche se gli altri quattro non sono coinvolti nei nostri discorsi, presto si evince che trattiamo temi di un certo livello, e la discussione sui temi religiosi si allarga a tutto il tavolo. Emergono vari modi di vivere l'Islam, di concepire l'ateismo, la fiducia in chi crede in altri dei, di esteriorizzare la religione nelle consuetudini quotidiane.

I ragazzi non mi fanno tornare a casa senza un tupperware con due generose porzioni di riso.

Giovedì 28 luglio 2022

Orto sociale del Parco Milcovich, Padova

I primi okra iniziano a crescere. I volontari italiani, non conoscendo questo ortaggio e non sapendo come cucinarlo, lo lasciano ai beneficiari dei progetti di accoglienza. I bangladesi non li accettano, non capisco se per fare i complimenti o perché davvero non sono in grado di cucinarli. Al terzo rifiuto, quando ormai sto per accettare di prenderli io pur di non farli andare buttati, li prende Amadou, ma ci tiene a giustificare il suo gesto. *"In Italia tutti cucinano: uomo, donna, tutti in cucina!"*. Provo ad approfondire la sua esclamazione chiedendogli cosa intende. *"In Africa se un uomo cucina è come una donna, ma qui tutti gli uomini devono cucinare"*. I ragazzi bangladesi fanno cenni di assenso. Il parlato di Amadou non è in perfetto italiano, ma permette a tutti i presenti di prendere parte al discorso. Amadou continua spiegandomi che lui ha sempre cucinato per se stesso anche in Mali, da solo, in un'altra parte della casa.

30 Agosto 2022

Padova, quartiere Arcella

Torno da un esame a Venezia e incontro Efe, persona nigeriana che conosco dal 2018. Mi chiede se la accompagno a comprare chin-chin, uno snack nigeriano, in un African Market. Mentre siamo lì mi dice che ultimamente ha scoperto il cous-cous e le piace tantissimo. Tornata a casa mi manda un messaggio chiedendomi se io sia disposta a cucinare del cous-cous per lei. Non essendo il mio piatto forte io rifiuto, lei insiste, io mi tiro nuovamente indietro fino a che lei mi esplicita il suo malcontento e si mostra offesa. Interpreta il mio rifiuto come mancata accoglienza di una sua richiesta. Le spiego il mio punto di vista e il perché del rifiuto, che non c'entra con una mancanza di cura, ma nell'immediato non troviamo una vera soluzione all'incomprensione.

29 settembre 2022

Padova, via Minio

Vado in via Minio per chiedere com'è andata in orto quando i ragazzi sono andati da soli. Mintoumba e Amadou mi danno alcune patate dolci e arachidi dicendomi che è andata bene ma che le arachidi sono poche rispetto a quante ne escono in Africa perché la terra non è buona. Anche delle patate dolci non sono soddisfatti: sono piccole e non tutte sono buone. Tuttavia, ognuno si tiene ben nascoste in un sacchetto quelle che ha coltivato e raccolto. Chiedo a Mintoumba di dividerle con gli altri ragazzi ospitati ma le tiene per sé. Molti in casa sono nuovi, immagino si tratti di assenza di confidenza, ma non nomina neanche Djobo.

24 ottobre 2022

Padova, via Minio

Siamo in via Minio. Devo tenere una formazione sulla comunicazione interculturale. Ci è stata fortemente richiesta dai volontari e abbiamo deciso di testarla invece su un gruppo ibrido, anche con la partecipazione dei rifugiati. Fra i primi temi ad emergere, quello del cibo. Un volontario parla di come il mangiare con le mani non sia ben visto da molti italiani e chiede perché in Africa e in altre parti del mondo si mangi così. Amadou risponde chiedendo perché gli italiani mangino con le posate. Racconta di come in Africa si mangi con le mani ma di come quelli che "vogliono fare come i bianchi" finiscano per mangiare con le posate. Mi spiega poi che in appartamento si mangia come si vuole: alcuni con le mani, altri con le posate. Gli altri sono d'accordo con lui e fanno cenni di assenso.

15 novembre 2022

Padova, quartiere Arcella

Sono a cena da Mainul con Flavia. Ultimamente vive un periodo di depressione dovuto forse al fatto che Somrat, suo migliore amico e disabile, ha ottenuto il permesso di soggiorno e lui, invece, un diniego. Somrat presto lascerà l'accoglienza. Mainul ha iniziato a isolarsi. Essendo stato grande frequentatore dell'orto, lo siamo andate a trovare come ortolane. Ho mostrato interesse nei confronti della ricetta del biryani. Lui, già in orto nei mesi scorsi, ha sempre messo le mani avanti sulle sue scarse doti culinarie. Secondo Somrat, che non sa cucinare, lui è un buon cuoco. Quando arriviamo ci spiega che non ha cucinato nulla perché ci aspettava per farlo insieme e mostrarci la procedura. Ha affettato le cipolle e il pomodoro, ha predisposto un trito di zenzero e uno di aglio e lavato il riso. È un riso piccolo, non il basmati: è il riso tipico del Bangladesh, mi ha spiegato anni fa un uomo. Ho portato degli snack da sgranocchiare mentre cuciniamo, chiedo una ciotola in cui metterli, i ragazzi sono leggermente a disagio perché non hanno un recipiente adatto. Lavano una insalatiera di plastica e Mainul mi dice *"we are all bachelors here!"* (siamo tutti scapoli, qui!), per spiegarmi che si arrangiano come possono. Flavia, che sa della ricerca che sto conducendo, improvvisa qualche domanda a Mainul. Chiede dove ha imparato a cucinare il biryani. Lui ci spiega: "ho imparato qui, grazie ad un amico". Ci dice che compra il riso nei negozi bangladesi. Mentre cucina fa attenzione a lavare davanti ai miei occhi ogni contenitore di cui fa uso, come per evidenziare l'attenzione agli aspetti igienici. Mette la cipolla a soffriggere in olio di semi abbondante, aggiunge pomodoro, il pollo, il trito di zenzero e di cipolla. Chiedo a cosa serve la doppia cipolla, mi spiega che la consistenza di quella tritata è diversa da quella tagliata in filamenti fini e che hanno un ruolo diverso nella ricetta. È poi il momento del mix preparato di spezie per biryani, il suo piccolo segreto: appena apre la bustina, si sprigiona un odore inconfondibile. Mi mostra poi, in un altro contenitore, le spezie sfuse: l'alloro indiano, la stecca di cannella, il cardamomo. Mi dice che, oltre al mix, è bene usare anche spezie sfuse che conferiscono un sapore più deciso. È il momento di mettere anche il riso, ben lavato, e lasciarlo cuocere. Quando l'acqua è evaporata quasi del tutto, Mainul aggiunge un bicchiere di latte. Mi spiega che è il suo segreto per rendere tutto più cremoso. Improvvisamente, riesco a identificare le due differenze principali fra il suo riso biryani ed altri che ho assaggiato negli anni: il tipo di riso e la presenza del latte. Sicuramente anche la semplicità della ricetta di Mainul gioca il suo ruolo: quello di Hamza ha chicchi lunghi, ben separati gli uni dagli altri, e prevede la cottura del riso in bianco e l'aggiunta finale del misto di carne e spezie. Attendiamo qualche minuto dopo la cottura del riso nel latte. Qui, una complicità imprevista fra Mainul e Somrat: si aiutano, riempiono di acqua una pentola che mettono sopra una casseruola rovesciata, entrambe appoggiate sopra la pentola del biryani su cui è stato

messo il coperchio e, prima del coperchio, qualche foglio di giornale. Chiedo l'origine e il significato di questa torretta e mi spiegano che nel loro paese si usa la pentola a pressione ma che, in sua assenza, si sono inventati una soluzione con quello che hanno. Il fine è quello di asciugare il riso e farlo cuocere. Nell'attesa che passi il quarto d'ora che, secondo Mainul, è tempo minimo necessario per avere un buon riso, lui e Somrat tirano fuori dal freezer alcuni congelati apparentemente provenienti da qualche market non italiano: sono piccoli involtini primavera e gamberetti prefritti. Chiedo informazioni a riguardo ma i ragazzi esitano: anche loro leggono le indicazioni, sono incerti sull'iter da seguire per la frittura, discutono in bangla sul calore dell'olio, non sanno spiegare al loro compagno di che animale si tratti. Giungo all'ipotesi che abbiano comprato un piccolo corredo al riso soltanto per non fare brutta figura con noi. Attendo l'autorizzazione a portare i fritti in tavola, dopo poco arriva il riso. Mainul è incerto, non sa se offrirci prima i fritti e poi il riso o se seguire l'indicazione di Mohammed di servire tutto insieme. Intanto Mohammed, afgano, prepara una piccola insalata di cetrioli e qualche peperoncino crudo, che tutti sgranocchiano con dimestichezza. Bangladesi e il ragazzo afgano mangiano con noi, mentre i due uomini tunisini, anagraficamente più grandi, si preparano in velocità delle uova al sugo con harissa e un pane in padella. Mohammed è seduto vicino agli uomini tunisini: mentre lamenta l'assenza di peperoncino nella preparazione di Mainul per noi, inizia a tossire per le esalazioni piccanti del piatto dei tunisini. Questi mimano uno sfottò, facendo cenno alla sua scarsa virilità mentre si indirizzano a noi. A conferma della loro tesi, o almeno così sembrano leggere loro l'avvenimento, anche io e Flavia ci troviamo in difficoltà al primo morso di peperoncino crudo. Gli altri uomini consumano peperoncino senza mostrare particolari difficoltà. Quando Mohamed chiede a Mainul in hindi perché non abbia usato peperoncino a sufficienza, lui gli spiega che è per rendere il piatto appetibile anche a noi italiane: ha messo 5 peperoncini in totale, ne avrebbe messi 10 per una ricetta per sole persone bangla. Non mi è chiaro se l'assunzione di cibo piccante sia riferita più alla dimensione del genere, a quella della nazionalità o ad entrambe. Le conversazioni che riporto dall'hindi e dal bangla fanno riferimento a traduzioni da me richieste nel momento in cui intuisco che si stanno riferendo a me: si tratta quindi di reinterpretazioni di frasi fornite dagli stessi interlocutori.

Più volte, durante la cena, Somrat incalza con le sue prese in giro a Mainul per le sue presunte doti culinarie. Quando gli dico "Bravo!" lui si inserisce nel discorso e mi corregge "Brava!", Mainul sorride dicendomi con serenità che Mainul gli fa sempre notare la dimensione del genere legata all'atto di cucinare. Io lo rassereno facendo notare quanto questa sua dote sicuramente torni utile a tutti e quanto sia cosa arricchente.

Quando c'è da aiutare ad apparecchiare e sparecchiare, Mainul non accetta nessun tipo di supporto. Io e Flavia facciamo per dare una mano, ma lui si rifiuta. Ci stupisce il fatto che, pur decidendo di parlare in inglese tutta la sera per non appesantire i ragazzi con una lingua che maneggiano ancora poco -l'italiano-, Mainul esplode con esclamazioni del tipo "Lascia stare!" o "Faccio io!" quando accenniamo a portare piatti da o verso la cucina. La necessità di veicolare il messaggio lo porta oltre la timidezza e l'imbarazzo. Mentre mangiamo Mohamed, già additato dai tunisini per presunta assenza di virilità, dice che non gli piace la Coca-Cola -presente in tavola in abbondanza- né il pollo. Gli dico scherzando che è impossibile, che non ci credo neanche se lo vedo, e gli faccio notare che lo sta mangiando. Mi spiega che gli piace, lo mangia, ma che non ne conosce la provenienza. Che si tratta di pollo che viene congelato, non di carne fresca. Che al suo paese è diverso, che i polli si uccidono e si cucinano, che sai da dove viene. "It loses properties", mi mette in chiaro Mainul. Trovo questa frase fondamentale nel collocare i miei interlocutori in un atteggiamento contemporaneo di diffidenza verso alcune tipologie di cibo e, al contempo, di inevitabile uso.

Ci soffermiamo poi sull'uso delle mani per mangiare. Sono io a porre la domanda, senza troppi giri di parole. Mainul mi spiega che nel suo paese alcuni mangiano con le mani, altri no. A tavola i bangladesi mangiano tutti con le mani, mentre il ragazzo pakistano usa il cucchiaino. Mainul mi spiega che usando le mani si sentono meglio i sapori.

12 febbraio 2023

Padova, quartiere Arcella

Questa sera non ho voglia di cucinare. Sono da Saddam in attesa che il mio haleem con chapati sia pronto. Entra Ahmed, ex ospite somalo tutt'ora in contatto con Popoli Insieme perché riferimento di molti altri somali in cerca di supporto abitativo. Inizio a parlare con lui, che in cinque minuti ottiene il suo piatto di riso biryani. È quasi mezz'ora che aspetto ma nessuno mi chiama. Mi chiedo come mai lui non abbia dovuto attendere. Mi accorgo che mangia una banana a morsi insieme alle cucchiainate cariche di riso. Deve averla comprata all'alimentari a fianco del locale di Saddam. Gli chiedo come mai questo affiancamento, mi spiega che in Somalia usa fare così, che l'abbinata merita, mi avvicina il piatto per chiedermi se voglio assaggiare. Dico di no, che aspetto le mie portate e che inizio a spazientirmi. Lui fa un gesto ai cuochi che mi avvicinano la busta con la mia cena da portare a casa. Ahmed mi spiega senza sorpresa che era tutto pronto ma che i camerieri non volevano interromperci. Capisco che lì Ahmed si sente a casa anche senza connazionali. Si sente a casa più di me. Si vede che è un cliente abituale. Anche

se nel riso ci sono spezie diverse da quelle che metterebbe lui, sento che nel biryani che mangia con gusto è quella banana a fare la differenza.

20 aprile 2023

Ponte di Brenda, Padova

Murad è un ospite libico del CAS che ha sempre avuto difficoltà a relazionarsi con gli altri ospiti a causa della cattiva esperienza che i suoi coinquilini hanno avuto nel suo paese di provenienza. La sua timidezza, mista alle scarse relazioni con gli altri richiedenti asilo, fa sì che si relazioni in modo molto più profondo con gli operatori di Popoli Insieme che si fanno, in qualche modo, sua figura di riferimento. Da prima dell'inizio del Ramadan, Murad mi ha cercato, mi ha scritto più volte per ribadire l'invito a casa sua uno dei venerdì di Ramadan. Per vari motivi ho dovuto rimandare più volte, fino a che non è arrivata l'ultima sera di iftar prima della fine del Ramadan. Murad, quando gli confermo la mia disponibilità, invita anche tutti gli altri colleghi. Ci accoglie in casa con un sorriso, è sudato per colpa del calore dei fornelli. Prima del nostro arrivo, ha cucinato un'enorme coscia di agnello che posa su un letto di riso e frutta secca, ma anche involtini di vite con riso, patate ripiene di carne, una frittata di erbe, insalata di cetrioli e pomodoro, involtini di *malfuf* (cavolo cappuccio), *kofta*, *raqaqat jibneh* (rotolini di pasta fillo frita con formaggio). Scopro che ha invitato anche le suore che hanno messo a disposizione gli spazi per accogliere lui e gli altri inquilini: ceneranno con noi. Vedo la sua tensione, conta i minuti e, allo scoccare dell'*iftar*, il suo primo gesto dopo la preghiera è quello di accendersi una sigaretta. Il cibo è in tavola, aspettiamo Murad seduti, quattro operatori e quattro altri inquilini, ma si fa attendere. Torna con un'espressione provata. Lo invito a sedersi, forse fumare una sigaretta dopo il digiuno e dopo un mese di astinenza forse non è l'idea migliore. Lui sorride, si siede con noi. Ancora non mangia, dice di aver bisogno di un attimo ma che la sigaretta gli era mancata più del cibo. Riprende le forze e ci illustra i piatti in tavola. "Ho fatto piatti di vari paesi: c'è Libano, perché ci sei tu, c'è Egitto, c'è Libia, c'è Giordania.". Fa un discorso sentito, in italiano, per ringraziare tutti coloro che lo stanno aiutando nel suo percorso in Italia. Le suore lo guardano ammirate. Io e i miei colleghi sapevamo di poterci aspettare qualcosa di simile, ma restiamo ugualmente soddisfatti nel vederlo sereno. Vedo nel suo sforzo nel comunicare in una lingua straniera la sua voglia di avvicinarsi, di non essere stigmatizzato per le sue origini, di tendere la mano. Nel modo con cui ha disposto i piatti a tavola vedo la cura che il suo corpo imponente ben nasconde.

### 5.3 Fotografie

A destra: Mainul dopo aver aggiunto il latte al suo riso biryani

Sotto a sinistra: La tattica di Mainul e Somrat per trattenere il vapore del riso in mancanza di una pentola a pressione

Sotto a destra: Il piatto di riso che mi viene servito

In fondo: foto di gruppo prima di cenare







Alcune foto scattate nella sede legale di Popoli Insieme durante Aid al Fitr, la festa per celebrare la rottura di digiuno dopo il mese di Ramadan







Foto scattate durante gli incontri di orto sociale.

A sinistra, il gruppo di ortolani mangia l'anguria dell'orto e la pasta al pesto preparata con il basilico coltivato insieme.





Altre foto scattate durante gli incontri di orto sociale.

Da in alto a sinistra, in ordine orario: Mainul alla fine di un incontro in orto mangia la pizza offerta dalla volontaria Beatrice prima di partire per l'Erasmus. Mainul e Somrat si prendono cura dei semi per l'orto. Gli ortolani consumano l'anguria coltivata. Mainul, Somrat e Mamwaly mangiano la pasta al pesto preparata da Flavia dopo aver lavorato il terreno per la stagione autunnale.



Dalla foto in basso a sinistra, in senso orario:

K. che, uscito dall'accoglienza, mi invita a pranzo nella casa che ha preso in affitto con un amico.

Preparando il roti.

Parweez alla fine del workshop online di cucine dal mondo organizzato da Popoli Insieme. Per accompagnare il suo Banjan Boolani ha utilizzato un pan-focaccia comprato al supermercato.

Riso con mafe e cavolo cappuccio cucinato da K. per me.







A sinistra: Fadjiki dopo l'intervista che, stanco e affamato dopo la giornata di lavoro, accetta gli struffoli che abbiamo in ufficio e che gli offro.

In basso a sinistra e in fondo: l'iftar che ci ha preparato Murad

In basso a destra: La torta che prepara Hamza per le occasioni importanti.







In alto: foto scattata durante un ritrovo domenicale dopo la celebrazione eucaristica della comunità cristiana francofona di Padova, a cui sono stata invitata da un interlocutore.

In basso: foto scattata durante il workshop che ho tenuto il 24 novembre 2022 sulla comunicazione interculturale rivolto a volontari e beneficiari dell'Associazione







Collage di foto creato da Falilou e inviatomi quando lo ho messo al corrente del tema della mia tesi.

## Riferimenti bibliografici

Abbots E.J., 2012. In the Absence of Men? Gender, Migration and Domestic Labour in the Southern Ecuadorean Andes, in *Journal of Latin American Studies*, Vol. 44, No. 1 pp. 71-96, Published by: Cambridge University Press

Abbots E.J., 2016. Approaches to Food and Migration: Rootedness, Being and Belonging, author's copy in *The Handbook of food and anthropology*, J.Klein and J.Watson (eds), London, Bloomsbury pp.115-132

Abbots, E. J. (2013). Negotiating Foreign Bodies: Migration, Trust and the Risky Business of Eating in Highland Ecuador. In E-J. Abbots & A. Lavis (Eds.), *Why We Eat, How We Eat: Contemporary Encounters Between Foods and Bodies* (pp. 119-138). Aldershot: Ashgate

Allievi, S. (2018). *Immigrazione. Cambiare tutto*. Laterza, Roma

Appadurai, A. (1981). Gastro-politics in Hindu South Asia. *American Ethnologist*, 8, 494-511.

Attali, J. (2020). *Cibo. Una storia globale dalle origini al futuro*. Ponte alle Grazie, Milano

Baho, S. (2020). The Role of Food and Culinary Customs in the Homing Process for Syrian Migrants in California (Tesi di laurea magistrale, University of the Pacific)

Basil P. (2021) *Elogio dell'ospitalità. Riflessioni sul cibo e sul significato della generosità*, Il Saggiatore, Milano

Beerman, C. (2022). Quello che resta. *Internazionale*, 29 luglio/agosto 2022 (Numero 1471-72-73)

Bielenin-Lenczowska, K. (2018). Spaghetti with Ajvar: An Ethnography of Migration, Gender, Learning and Change. In: D. Mata-Codesal & M. Abranches (Eds.), *Food Parcels in International Migration*.



Anthropology, Change, and Development. Palgrave Macmillan. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-319-40373-1\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-319-40373-1_6)

Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A Social Critique of the Judgment of Taste*. Harvard University Press e Routledge

Burns, C. (2004). Effect of Migration on Food Habits of Somali Women Living as Refugees in Australia. *Ecology of Food and Nutrition*, 43(3), 213-229, DOI: [10.1080/03670240490447541](https://doi.org/10.1080/03670240490447541)

Camposano, C.C. (2018). When Objects Speak Louder Than Words: Food, Intimacy and Power in the Contemporary Transnational Filipino Household. In: D. Mata-Codesal & M. Abranches (Eds.), *Food Parcels in International Migration*. Anthropology, Change, and Development. Palgrave Macmillan. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-319-40373-1\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-319-40373-1_4)

Chaplin, L. J. D. C. (2019). 'We Ate Bread and Salt Together': Communal Cooking and Eating as a Model for Developing Trust Between Hosts and Asylum Seekers in London, UK. [Documento di discussione o working paper]

Ciribuco, A. (2020). How do you say kélén-kélén in Italian? Migration, landscape, and untranslatable food. *Translation Studies*, 13(1), 99-115, DOI:10.1080/14781700.2019.1662837

Counihan, C. (1999). *The Anthropology of Food and Body: Gender, Meaning, and Power*. Routledge DOI : [10.4324/9781315656540](https://doi.org/10.4324/9781315656540)

Counihan, C., & Kaplan, S. L. (1998). *Food and Gender: Identity and Power*. Routledge

De Certeau, M. (2001). *L'invenzione del quotidiano*, Edizioni Lavoro, Roma, pp. 45-79

Dharod, J. M., Xin, H., Morrison, S. D., Young, A., & Nsonwu, M. (2013). Lifestyle and Food-Related Challenges Refugee Groups Face Upon Resettlement: Do we Have to Move Beyond Job and Language Training Programs? *Journal of Hunger & Environmental Nutrition*, 8, 187-199 DOI : [10.4324/9781315079424](https://doi.org/10.4324/9781315079424)

Douglas, M. (1972). "Deciphering a Meal." *Daedalus*, 101(1), 61-81 Stable URL: <http://www.jstor.org/stable/20024058>

Douglas, M. (1979). Les structures du culinaire. In: *Communications*, 31, La nourriture. Pour une anthropologie bioculturelle de l'alimentation, pp. 145-170

Douglas, M. (1993). *Purezza e pericolo*. Il Mulino.

Duru, M. (2009). "Whose Food is it Anyway?" African Shops a Melting Pot in the Migrants' Food Culture in Belgium. Paper presented to the SOAS Food and Migration Workshop, London, February 2–3

Evans-Pritchard, I. (1975). *Nuer: un'anarchia ordinata*. Franco Angeli, Milano

Feldman, Z., & Goodman, M. K. (2021). Digital Food Culture, Power and Everyday Life. *European Journal of Cultural Studies*, 24(6), 1227-1242, DOI: <https://doi.org/10.1177/13675494211055501>

Ferguson, J. (2020). *Decomposing Modernity: History and Hierarchy after Development*. *Postcolonial Studies and Beyond*

Fischler, C. (1988). Food, Self and Identity. *Social Science Information*, 27, 275-292

Forni, L., Pennacini, M. L., & Pussetti, C. (2006). *Antropologia, genere, riproduzione*. Carocci Editore, Roma

Gasparetti, F. (2009). The Cultural Meaning of Food and its Polyvalent Role in the Construction of Identity among Senegalese Migrants in Italy. Paper presented to the SOAS Food and Migration Workshop, London, February 2–3

Gillette, M. (2016). Muslim Foodways. *The Handbook of Food and Anthropology*, 48–73. <https://doi.org/10.5040/9781474298407.0010>

Goodman, M. K., & Jaworska, S. (2020). Mapping Digital Foodscapes: Digital Food Influencers and the Grammars of Good Food. *Geoforum*, 117, 183-193

Goody, J. (1982). *Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology*. Cambridge University Press

Granheim, S. I., Løvhaug, A. L., Terragni, L., Torheim, L. E., & Thurston, M. (2022). Mapping the Digital Food Environment: A Systematic Scoping Review. *Obesity Reviews*, 23(1)

Hage, G. (1997). AT HOME IN THE ENTRAILS OF THE WEST: Multiculturalism, 'ethnic food' and migrant home-building. In Helen Grace, Ghassan Hage, Lesley Johnson, Julie Langsworth, & Michael Symonds (Eds.), *Home/World: Communalism, identity and marginality in Sydney's West*. Sydney: Pluto Press

Hage, G. (2010). Migration, Food, Memory, and Home-Building. In *Memory: Histories, Theories, Debates* (pp. [specifiche pagine del contributo]). Fordham University Press

Harbottle, L. (2000). *Food for Health, Food for Wealth: Ethnic and Gender Identities in British Iranian Communities*. Berghahn Books

Harris, M. (1990). *Buono da Mangiare*. Einaudi, Torino

Harris, N., Minniss, F. R., & Somerset, S. (2014). Refugees Connecting with a New Country through Community Food Gardening. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11, 9202-9216 DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph110909202>

Hassoun, J. P., & Raulin, A. (1995). Homo exoticus. In Sophie Bessis, *Mille et une bouches. Cuisines et identités culturelles* (pp. 119-130). Autrement, Série Mutations mangeurs 154

Holmboe-Ottesen, G., & Wandel, M. (2012). Changes in dietary habits after migration and consequences for health: a focus on South Asians in Europe. *Food & Nutrition Research*, 56(1), 18891

Holtzman, J. D. (2006). Food and Memory. *Annual Review of Anthropology*, 35(1), 361-378  
<https://doi.org/10.1525/ae.1981.8.3.02a00050>

Hynes, P. (2003). The Issue of 'Trust' or 'Mistrust' in Research with Refugees: Choices, Caveats and Considerations for Researchers. Working Paper No.98, Evaluation and Policy Analysis Unit, United Nations High Commission for Refugees (UNHCR), Geneva

Hynes, P. (2009). Contemporary Compulsory Dispersal and the Absence of Space for the Restoration of Trust. *Journal of Refugee Studies*, 22(1), 97–121

Kershen, A. J. (Ed.). (2002). *Food in the Migrant Experience*. Aldershot: Ashgate. <https://doi.org/10.4324/9781315255170>

Klein, J. S., & Watson, J. L. (Eds.). (2016). *The Handbook of Food Anthropology*. Bloomsbury Academic

Koensler, A., & Meloni, P. (2019). *Antropologia dell'alimentazione*. Carocci editore, Roma

Lévi-Strauss, C. (1966). *Mitologica I. Il crudo e il cotto*. Il Saggiatore, Milano

Lévi-Strauss, C. (1971). *Mitologica III. Le origini delle buone maniere a tavola*. Il Saggiatore, Milano

Lewis, H. (2010). Community Moments: Integration and Transnationalism at 'Refugee' Parties and Events. *Journal of Refugee Studies*, 23(4), 571–588 <https://doi.org/10.1093/jrs/feq037>

Lupton, D. (1996). *Food, the Body and the Self*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage

Lupton, D. (2018). Cooking, Eating, Uploading: Digital Food Cultures. In K. LeBesco & P. Naccarato (Eds.), *The Bloomsbury Handbook of Food and Popular Culture* (pp. 66–79). London; New York: Bloomsbury

Lutz, H. (2010). Gender in the Migratory Process. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 36(10), 1647–1663

Mankekar, P. (2005). "Indian Shopping": India Grocery Stores and Transnational Configurations of Belonging. In J. L. Watson & M. Caldwell (Eds.), *The Cultural Politics of Food and Eating: A Reader* (pp. 197-214). Malden, MA: Blackwell

Mata Codesal. (n.d.). Eating Abroad, Remembering (At) Home: Three Foodscapes of Ecuadorian Migration in New York, London, and Santander. *Manger à l'étranger, des souvenirs familiaux. Trois "foodscapes" de la migration équatorienne à New York, Londres et Santander*. DOI: <https://doi.org/10.4000/aof.6642>

Mata-Codesal, D., & Abranches, M. (Eds.) (2018) *Food Parcels in International Migration: Intimate Connections*. Palgrave Macmillan

Mauriello, M., & Cottino, G. (2022). Feeding Genders. *Anthropology of Food*, 16. DOI: <https://doi.org/10.4000/aof.13799>

Mauss, M. (1965). *Saggio sul Dono*. Piccola Biblioteca Einaudi, Torino

Medina, F. X., & Vázquez-Medina, J. A. (2018). From Ingredient to Dish: The Role of Supply in the Culinary Practices of Mexican Migrants in the United States. In D. Mata-Codesal & M. Abranches (Eds.), *Food Parcels in International Migration: Anthropology, Change, and Development* (pp. xx-xx). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-40373-1\\_9](https://doi.org/10.1007/978-3-319-40373-1_9)

Mescoli, E. (2015). Les recettes de l'Autre. *Hommes & migrations*, 1311, 53-61

Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The Anthropology of Food and Eating. *Annual Review of Anthropology*, 31, 99–119

Mycek, M. K., Hardison-Moody, A., Bloom, J. D., Bowen, S., & Elliott, S. (2020). Learning to Eat the "Right" Way: Examining Nutrition Socialization from the Perspective of Immigrants and Refugees. *Food, Culture & Society*, 23(1), 46-65

Mycek, M. K., Hardison-Moody, A., Bloom, J. D., Bowen, S., & Elliott, S. (2020). Learning to Eat the "Right" Way: Examining Nutrition Socialization from the Perspective of Immigrants and Refugees. *Food, Culture & Society*, 23(1), 46-65. DOI: <https://doi.org/10.1080/15528014.2019.1700681>

- Ní Raghallaigh, M. (2014). The Causes of Mistrust amongst Asylum Seekers and Refugees: Insights from Research with Unaccompanied Asylum-Seeking Minors Living in the Republic of Ireland. *Journal of Refugee Studies*, 27(1), 82–100. DOI: <https://doi.org/10.1093/jrs/fet006>
- Parasecoli, F. (2014). Food, Identity, and Cultural Reproduction in Immigrant Communities. *Social Research*, 81(2), 415-439
- Ray, K. (2004). *The Migrant's Table: Meals and Memories in Bengali-American Households*. Philadelphia, PA: Temple University Press
- Razy, E., Vivier, M., Terragni, L., et al. (2021). What is Migrants' Food All About in Europe? A Media Discourse Analysis Through the Lens of Controversies. SIFO Project Note 3
- Renne, E.P. (2008). Mass Producing Food Traditions for West Africans Abroad. *American Anthropologist*, 109, 616-625. DOI: <https://doi.org/10.1525/aa.2007.109.4.616>
- Sabar, G., & Posner, R. (2013). Remembering the Past and Constructing the Future over a Communal Plate. *Food, Culture & Society*, 16(2), 197-222
- Scarpi, P. (2005). *Il Senso del Cibo*. Sellerio Edizioni, Palermo
- Schmidt, D., & Palutan, G. (2018). Cibo e Rifugiati nella Città Capitolina, tra Pratiche di Emergenza e Tentativi di Agentività. *Archivio Antropologico Mediterraneo*, 21(2)
- Spence, C., Mancini, M., & Huisman, G. (2019). Digital Commensality: Eating and Drinking in the Company of Technology. *Frontiers in Psychology*. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.02252
- Studer, N. S. (2022). Too Spicy for the French. *Anthropology of Food*, 16. DOI: <https://doi.org/10.4000/aof.13668>
- Sutton, D. E. (2001). *Remembrance of Repasts: An Anthropology of Food and Memory*. Berg Pub Ltd

Tamisari, F. (2006). La Forza della Performance: L'Arte della Contro-Appropriazione degli Indigeni Australiani. In M. Ciminelli (Ed.), *La Negoziazione delle Appartenenze: Arte, Identità e Proprietà Culturale nel Terzo e Quarto Mondo* (pp. 115-129). Milano

Todd, R., & Gelbier, S. (1988). "Eat More Food, Get More Health" — Attitudes and Food Habits of a Group of Vietnamese Refugees. *Health Education Journal*, 47(4), 149–153. DOI: <https://doi.org/10.1177/001789698804700415>

Tuomainen, H. M. (2009). Ethnic Identity, (Post)Colonialism and Foodways: Ghanaians in London. *Food Culture and Society*, 12(4), 525–545

Vacchiano, F. (2013). Fencing in the South: The Strait of Gibraltar as a Paradigm of the Regime in the Mediterranean. *Journal of Mediterranean Studies*, 22(2), 337-364

Vandevoordt, R. (2017). The Politics of Food and Hospitality: How Syrian Refugees in Belgium Create a Home in Hostile Environments. *Journal of Refugee Studies*, 30(4), 605-621

Verdasco, A. (2022). Cooking 'Pocket Money': How Young Unaccompanied Refugees Create a Sense of Community and Familiarity at a Danish Asylum Centre. In *Material Culture and (Forced) Migration*. UCL Press

Wilson, K. B. (1992). Enhancing Refugees' Own Food Acquisition Strategies. *Journal of Refugee Studies*, 5(3-4), 226-246. DOI: <https://doi.org/10.1093/jrs/5.3-4.226>

Wooten, S. (2022). Cooking More Than Food. *Anthropology of Food*, 16. DOI: <https://doi.org/10.4000/aof.13630>

Zirari, H., Soula, A., & El Alami, H. (2022). "As-tu vu l'homme en train de pétrir le pain ?" Alimentation, genre et réseaux sociaux en période de confinement au Maroc. DOI: <https://doi.org/10.4000/aof.13054>

## Ringraziamenti

A chi mi ha fatto entrare nella sua casa,  
a chi ha cucinato per me minuti o ore per offrirmi da mangiare,  
a chi mi ha insegnato a cucinare piatti che mai avrei immaginato di cucinare,  
a chi prima o poi imparerà a preparare la torta di mele con i tutorial di YouTube,  
a chi sostiene sorridendo che il riso biryani in fondo è uguale al riz gras.  
Agli amici che mi hanno supportato e sopportato,  
a Flavia che in piena pandemia ha ben pensato di spingermi in questa impresa,  
ai colleghi e ai volontari di Popoli Insieme,  
ai prof di ACEL che ho incontrato strada facendo, in particolare a Francesco Vacchiano,  
al team di Food2Gather, in particolare Donatella e Giovanna,  
alla mia famiglia tutta.