

Il “buon tempo antico”: conservazione e adulterazione del cibo

(tratto da: H. McGee, *Il cibo e la cucina*, Muzzio ed., Padova 1989)

Spesso negli attacchi contro l’asse industria-scienza-governo compare l’idea, inespressa ma inconfondibile, che prima che arrivassero questi banditi ad avvelenarci a scopo di lucro i nostri antenati mangiavano cibi più puri e più sani. Questa non è che un’illusione. Gli additivi, di questo o di quel tipo, vengono aggiunti agli alimenti da migliaia di anni. All’inizio fu una questione di sopravvivenza, un modo per tenere qualche scorta da usare nei giorni magri quando mancava il cibo fresco. Le civiltà più antiche usavano già i conservanti, sotto forma di sale e di fumo, il primo contenente varie impurità, il secondo pieno di composti velenosi. Per lo stesso motivo si usavano dosi massicce di senape e di pepe, la cui “forza” è dovuta a sostanze che irritano le cellule viventi, che servivano anche a mascherare il sapore dei cibi guasti in un’epoca in cui il cibo era troppo prezioso per gettarlo via quando andava a male.

È solo da 150 anni circa che la conservazione in scatola e la refrigerazione offrono delle alternative alla conservazione chimica. Ma nel mondo antico gli additivi non si usavano solo per necessità. Sappiamo che i romani mettevano potassa nel vino e soda naturale nelle verdure per migliorarne il colore. Dunque l’uso di sostanze chimiche che non aggiungono nulla al valore nutritivo degli alimenti è una tradizione venerabile.

Nemmeno l’adulterazione, cioè l’uso clandestino di additivi per motivi fraudolenti, è un’invenzione del mondo moderno. Verso la fine del quattordicesimo secolo il poeta inglese William Langland scriveva che fra i doveri delle autorità cittadine c’era

Punire con la gogna e la berlina Birrai, fornai, beccai e cuochi;

Perché nessun altro al mondo fa più danno Ai poveri che comprano al dettaglio.

Spesso, e in segreto, avvelenano la gente...

(*Piers Plowman*, Passus III)

Le opportunità di adulterare il cibo si presentavano più facilmente nelle città, che venivano rifornite dalle campagne circostanti attraverso intermediari.

Questo sistema era già affermato nel Medio Evo e durò fino alla rivoluzione industriale, quando le città si ingrandirono rapidamente. Se volete che giunga fino a voi una zaffata d'aria del diciottesimo secolo, provate a leggere questa descrizione molto abbreviata dei cibi di Londra secondo Matthew Bramble, il gentiluomo di campagna di Tobias Smollett, in *The Expedition of Humphry Clinker* (La spedizione di Humphry Clinker) del 1771:

Quanto alla pozione intossicante che vendono come vino, si tratta di una spregevole, disgustosa e perniciosa sofisticazione, affatturata con sidro, spirito di grano e sugo di prugne selvatiche... Il pane che mangio a Londra è un pastone deleterio, mescolato con gesso, allume e cenere di ossa; insipido al gusto e distruttivo per l'organismo. La buona gente non ignora questa adulterazione, ma la preferisce al pane genuino, perché è più bianca della farina di frumento: così sacrificano il gusto e la salute, e le vite dei loro teneri figlioletti, alla più assurda soddisfazione di un occhio ingannatore; e il mugnaio, o il fornaio, è costretto ad avvelenare loro e le loro famiglie se vuole vivere del suo lavoro... Si ostinano a voler migliorare l'aspetto delle loro verdure, anche a costo di rischiare la vita. Voi forse non credereste che possano essere tanto pazzi da bollire i cavoli insieme a una monetina di rame da mezzo penny per migliorarne il colore; eppure non c'è niente di più vero... <Il latte è> il prodotto di foglie di cavolo appassite e residui inaciditi del malto usato per fare la birra, allungato con acqua calda, fatto spumeggiare con lumache schiacciate, portato per le strade in secchi scoperti... l'impasto rancido e sugnoso che chiamano burro è fatto con sego per candele e scarti di cucina... Ora, tutte queste enormità si potrebbero rimediare con un poco di attenzione ai regolamenti di polizia, o alle norme civiche; ma i saggi patrioti di Londra si sono messi in testa che tutti i regolamenti sono contrari alla libertà...

Il libro di Smollett è una storia immaginaria, ma la veridicità di questo famoso passaggio è attestata dal chimico Frederick Accum in un trattato del 1820, che soltanto nel titolo mette sotto accusa più di una dozzina di alimenti. "In verità", dice Accum nella sua introduzione, "sarebbe difficile menzionare un solo tipo di alimento che non si può trovare in forma adulterata; e vi sono sostanze che è quasi impossibile trovare genuine". Nel 1860, dopo che un gruppo di medici ebbe confermato le accuse di Accum, furono proclamate in Inghilterra le prime *Pure Food Laws* (leggi sulla purezza degli alimenti).

L'esempio inglese fu imitato dagli Stati Uniti quarant'anni più tardi, in seguito a simili indagini.

Dunque non è mai esistito il buon tempo antico in cui il cibo era fresco e puro, e l'adulterazione e gli additivi non erano che i sogni proibiti di qualche chimico. Anzi, le condizioni sono molto migliori ai nostri giorni di quanto non siano mai state da quando sorsero le prime città, grazie alle tecniche moderne di inscatolamento e refrigerazione, alla scienza medica, e ai controlli governativi. Il nostro sistema non è certo ideale, non abbiamo ancora eliminato l'adulterazione, la contaminazione e l'uso di additivi potenzialmente pericolosi, ma è generalmente migliore che in passato. Il fatto che lo vorremmo ancora migliore è un segno che i nostri standard sono molto alti.

Anche se fosse possibile cancellare tutte le tradizioni culinarie dell'umanità, e ritornare alla preistoria quando i cibi si mangiavano così com'erano, si deve pur sempre ammettere che "puro" e "naturale" non sono necessariamente sinonimi di "sano". I vari microbi che causano l'avvelenamento da cibo e altre malattie fanno parte della natura esattamente come noi, e se non fossero controllati per mezzo del calore, del freddo o dei conservanti, farebbero molto più danno di quanto non facciano ai giorni nostri. Molte piante hanno sviluppato armi chimiche per difendersi dagli animali, compresi gli esseri umani, che volessero mangiarle. Uno degli effetti importanti dell'addomesticamento delle piante alimentari è stato quello di ridurre i costituenti tossici delle patate, dei fagioli di Lima, dei cavoli e di altri alimenti a livelli tollerabili dal nostro organismo. Quindi, senza almeno un poco di intervento umano, buona parte dei nostri alimenti sarebbero ben lontani dall'essere innocui. E possibile che la stessa cottura sia nata come tecnica primitiva, perché il calore in genere rende il cibo più sicuro e più facile da mangiare. Con tutto questo, si ritiene che noi consumiamo ogni giorno parecchi grammi di "pesticidi" naturali prodotti dalle piante. E anche le reazioni di caramellizzazione che rendono tanto gradevoli i cibi fritti e arrostiti producono dei composti mutageni e cancerogeni. Bruce N. Ames, un illustre ricercatore in questo campo, ha espresso questi concetti in modo molto succinto: "La natura non è benigna".