



INDIA

profumi d'oriente

L'India è il paese delle cento nazioni, dei cento dialetti, delle mille religioni e dei duemila dei. Anche per la cucina è la stessa cosa.

È il paese delle spezie e dei curry che rendono innamorati, danno forza agli anziani, curano l'apatia e l'affaticamento. La cucina indiana è anche una delle più complesse e varie del mondo e poche ma essenziali differenze caratterizzano la preparazione in varie zone del paese. Per esempio al sud prevalgono i curries più complessi e speziati, mentre al nord troviamo la fantasia della carne tandoori in tutte le sue interpretazioni. Le carni sono dapprima marinate e poi grigliate in un tandoor, una specie di forno, servite accompagnate da salse allo yogurt. In India non si usano posate, infatti il ci-

bo viene rigorosamente gustato con le mani, e in più non si fa, come alla maniera occidentale, la separazione delle pietanze, ma tutto viene servito in un unico piatto e solo i commensali, all'ultimo momento, decidono gli abbinamenti secondo il loro gusto personale. Così può accadere di trovarsi davanti qualche piatto dal sapore piccante e speziatissimo, accanto a un dolce della tradizione indiana, come il meetai, un trionfo di burro e yogurt. Lo yogurt è un componente fondamentale della gastronomia del subcontinente ed è indiscusso protagonista anche per quanto riguarda le bevande, arricchito con zucchero oppure sale, in uno di quei controsensi che nelle ricette indiane abbondano.



Se pensate che la cucina indiana si riassume al riso, al curry e al chutney, sarete sorpresi perché non esiste uno stile culinario, nessun ordine di servizio. Sono le spezie ad accomunare i piatti, che rappresentano una vera arte in colore, in odore ed in sapore. I principi dietetici scritti nei testi sacri dell'Ayurveda regolano il dosaggio ed i miscugli delle spezie affermando che un'alimentazione fortemente speziata è una garanzia di buona salute. Stimola il fegato che ha la tendenza ad essere pigro in presenza di un clima tropicale. L' indiano del sud, dove il clima è più umido, è vegetariano e di una assoluta sobrietà. Legumi, cereali, si trasformano in piatti deliziosi. Nel cuore dell'India meridionale, il riso si arricchisce di molteplici salse. La cottura è fatta con l'olio.

Secondo il costume indiano ogni primo piatto viene portato dal padrone di casa, depositato poi ai piedi dell'albero sacro, così tutta la famiglia si ciba ai piedi della dea Shiva. Nella sua povertà, l'indiano è pronto a condividere tutto, saluta con le mani giunte e non augura mai la felicità perché la felicità è nelle mani di ciascuno e non frutto della fortuna.

La fine del pasto è un ulteriore piccolo rituale, viene servita una scodella piccola con dell'acqua profumata il più delle volte alla rosa.

Come nelle sfumature infinite del paese anche nella cucina si incontrano diversità, fantasia e colore. Un tripudio scenografico che difficilmente abbandonerà il ricordo del turista occidentale.

