Slow Food®

IFAD
Investing in rural people

IFAD E SLOW FOOD

© Emanuele Dughera

SOMMARIO

3 **IFAD e Slow Food**
Partnership strategica per un mondo rurale in trasformazione

5 **IFAD a Terra Madre**
I piccoli produttori, i popoli indigeni e i giovani, per il futuro del cibo

7 **IFAD e Slow Food in azione**
L'Arca del Gusto e i Presìdi

9 **Arca del Gusto**

10 Argentina
12 Brasile
15 Colombia
20 Perù
24 São Tomé and Príncipe

25 **Presìdi Slow Food**

26 Argentina
28 Brasile
31 Colombia
33 Perù
34 São Tomé and Príncipe
35 Uganda

36 **Voci indigene a Terra Madre**

© Marco Del Comune

IFAD E SLOW FOOD

Partnership strategica per un mondo rurale in trasformazione

In tutto il mondo, quasi 500 milioni di piccoli agricoltori producono cibo per circa due miliardi di persone, ovvero un terzo della popolazione mondiale. In alcuni paesi l'agricoltura è la principale fonte di reddito per il 70 per cento della popolazione che abita le campagne. Gli agricoltori di piccola scala coltivano la maggior parte dei terreni agricoli in Asia e in Africa e sono attori fondamentali per combattere la povertà e la fame, ma allo stesso tempo sono i più vulnerabili in caso di crisi ambientali e sul mercato globale, e non hanno facile accesso a servizi e infrastrutture.

Le organizzazioni internazionali che operano nel campo dell'agricoltura, della produzione alimentare e della nutrizione hanno sviluppato nuove forme di collaborazione per stimolare maggiori investimenti e avere una migliore efficacia, con lo scopo di rispondere alla sfida di nutrire una popolazione mondiale che, in base alle stime più attendibili, passerà da 7 a oltre 9 miliardi di persone entro il 2050.

Il Fondo Internazionale per lo Sviluppo Agricolo (IFAD) ha il mandato di lavorare con le popolazioni povere delle aree rurali per sostenerle, aumentando la produzione di cibo e migliorando il loro accesso al mercato, in modo da generare più reddito per le famiglie e permettere alle comunità stesse di decidere le loro priorità e il loro futuro. Dal 1978, l'IFAD ha investito 17,7 miliardi di dollari USA in sovvenzioni e prestiti a basso tasso d'interesse

© Marco Del Comune

© Marco Del Comune

per i paesi in via di sviluppo, erogati attraverso progetti che raggiungono circa 459 milioni di persone.

IFAD e Slow Food condividono una visione dell'agricoltura e dello sviluppo rurale basata sul sostegno alle produzioni di piccola scala, sull'importanza della diversità e su forme di consumo che diano la priorità ai prodotti e ai mercati locali. Questa visione comune si fonda sulla tutela della **biodiversità**, sulla salvaguardia dell'**ambiente** e sull'**equità**, ovvero sulla necessità di garantire prezzi giusti per i consumatori e compensi adeguati per i produttori.

Entrambe le organizzazioni considerano l'**agricoltura di piccola scala** una fonte di nutrimento e di reddito fondamentale per molte famiglie povere delle aree rurali e un impulso alla crescita economica delle aree stesse. Un'agricoltura di piccola scala sostenibile dal punto di vista economico, sociale e ambientale e capace di offrire soluzioni dinamiche agli imprevisti e al cambiamento climatico, indica la via da intraprendere per aiutare i contadini e gli allevatori del Sud del mondo per uscire dallo stato di povertà in cui la maggioranza di loro si trova tuttora.

IFAD e Slow Food sono convinti che, per ottenere una reale trasformazione e uno sviluppo più sostenibile, sia necessario far sentire la voce dei contadini e dare loro l'opportunità di cambiare il proprio futuro e quello del pianeta. Che sia fondamentale valorizzare i loro saperi, promuovere il loro ruolo a tutela dell'ambiente, delle culture e delle tradizioni locali. Che sia indispensabile dare alle comunità rurali (e in particolare alle donne, agli indigeni e ai giovani) il ruolo di protagoniste.

La collaborazione tra Slow Food e IFAD è nata nel 2009, negli ultimi sette anni si è stata rafforzata e ampliata e continua a crescere.

© Marco Del Comune

IFAD A TERRA MADRE

I piccoli produttori, i popoli indigeni e i giovani, per il futuro del cibo

Gli agricoltori di piccola scala, ogni giorno, svolgono un ruolo fondamentale: per costruire economie locali, tutelare le risorse naturali, nutrire le loro comunità. La sicurezza alimentare globale dipende principalmente da loro, tuttavia, in molti paesi in via di sviluppo, i piccoli produttori devono affrontare sfide complesse. Molti di loro vivono in territori marginali e lavorano in condizioni estreme. I popoli indigeni e tribali e le minoranze etniche in generale vivono spesso in condizioni di grave povertà, con uno scarso controllo sulle risorse naturali e vittime di diverse forme di marginalizzazione, discriminazione ed esclusione. I giovani che vivono nelle aree rurali rappresentano la generazione più numerosa mai esistita e devono affrontare sfide globali complesse, come il cambiamento climatico, la volatilità dei prezzi e la stagnazione economica.
Le giovani e i giovani possono rappresentare una risorsa importante per le economie rurali dei paesi in via di sviluppo, a condizione che l'agricoltura e l'economia rurale consentano loro di vivere e lavorare con dignità e di ottenere compensi adeguati.

La partnership fra IFAD e Slow Food si è via via trasformata in una strategia comune a sostegno dei piccoli produttori agricoli, con un'attenzione specifica ai popoli indigeni e ai giovani. IFAD ha già partecipato a diverse edizioni di Terra Madre e ha fortemente sostenuto la nascita della rete Terra Madre Indigeni.

La rete di Terra Madre riunisce tutti coloro che condividono l'obiettivo di promuovere una produzione di cibo in armonia con l'ambiente e rispettosa delle diversità e dei saperi tradizionali.
IFAD offre sostegno e partecipa agli incontri di Terra Madre, occasioni in cui, ogni due anni, oltre 5.000 delegati provenienti da tutto il mondo si riuniscono per discutere il futuro del cibo e dell'agricoltura. I delegati di Terra Madre rappresentano le comunità del cibo (tra cui i partecipanti ai progetti finanziati da IFAD) e sono contadini, allevatori, pescatori, cuochi, accademici, attivisti e giovani di tutto il mondo.

© Marco Del Comune

Slow Food e IFAD hanno lavorato fin dall'inizio per costruire uno spazio comune di discussione per i popoli indigeni all'interno della rete di Terra Madre. Terra Madre Indigeni (Indigenous Terra Madre - ITM) è organizzata e guidata da comunità di popoli indigeni e unisce agricoltori, allevatori, cacciatori, raccoglitori, pastori e pescatori che vedono costantemente minacciate le loro pratiche sociali, culturali, ambientali ed economiche.

Dopo il primo incontro di Terra Madre Indigeni, che si è tenuto in Svezia nel 2011, la collaborazione è proseguita attraverso la partecipazione di Slow Food ad alcuni incontri istituzionali delle Nazioni Unite. L'impegno comune si è rinnovato con l'organizzazione di un secondo incontro internazionale della rete dei popoli indigeni, in India, nel 2015. Oltre 640 delegati, in rappresentanza di 140 tribù provenienti da 62 paesi, insieme ad accademici, giovani, agenzie delle Nazioni Unite e donatori, hanno partecipato all'incontro di Shillong nello stato di Meghalaya. L'evento è stato organizzato in stretta collaborazione con la Indigenous Partnership for Agrobiodiversity and Food Sovereignty (Indigenous Partnership) e la North East Slow Food and Agrobiodiversity Society (NESFAS).
L'obiettivo futuro è di rendere la rete Terra Madre Indigeni uno spazio di dialogo e di confronto per tutte le comunità indigene che rivendicano il diritto alla sovranità alimentare e considerano la difesa della diversità bioculturale una priorità per il loro futuro e per il futuro del pianeta.

Infine, IFAD ha sostenuto la manifestazione internazionale 'We Feed the Planet' organizzata dalla rete giovani di Slow Food durante Expo (Milano, ottobre 2015).
Un evento che ha visto la partecipazione di giovani di tutto il mondo: contadini e futuri leader del sistema alimentare globale.

PER SAPERNE DI PIÙ

www.terramadre.info
www.slowfood.com/what-we-do/themes/indigenous/itm

© Alejandro Giovino

IFAD E SLOW FOOD IN AZIONE

L'Arca del Gusto e i Presìdi

L'attuale sistema alimentare è insostenibile: è necessario intervenire con tempestività e cambiare radicalmente paradigma, rafforzando e sostenendo il ruolo dei piccoli agricoltori virtuosi. Sono necessari interventi volti a migliorare le condizioni economiche e sociali delle aree rurali, servono investimenti nelle infrastrutture di base e nei servizi finanziari. Le aree rurali devono trasformarsi in concrete opportunità di vita e d'impresa.
Le politiche devono porre al centro i piccoli produttori, prevedere interventi che rafforzino le loro competenze e i loro saperi, garantire prezzi più equi ai loro prodotti, riconoscendo le esternalità positive che derivano dalle pratiche agricole sostenibili.
È importante promuovere l'agricoltura di piccola scala come una delle possibili soluzioni al cambiamento climatico.
Gli interventi di IFAD sono rivolti a migliorare le competenze e la capacità di fare impresa dei piccoli produttori, con l'obiettivo di rilanciare le economie rurali.
In questo contesto, IFAD sostiene Slow Food nella realizzazione di progetti concreti in diversi paesi dell'America Latina e dell'Africa sub-sahariana.

L'obiettivo di Slow Food – garantire a tutti l'accesso a un cibo buono, pulito e giusto – si traduce in numerosi progetti a sostegno di comunità di piccoli produttori. Alla base di tutte le sue attività c'è un approccio originale che ruota intorno al cibo come motore di cambiamento, e che comprende molte tematiche spesso considerate slegate tra di loro: la biodiversità, la tutela dell'ambiente, la promozione delle comunità locali, delle loro tradizioni e della loro cultura, la giusta remunerazione dei produttori.

L'**Arca del Gusto** è lo strumento principale di Slow Food per identificare la biodiversità alimentare a rischio di estinzione. Questo catalogo on-line raccoglie i prodotti che appartengono alla cultura, alla storia e alle tradizioni di tutto il pianeta e riflettono la diversità alimentare del mondo.
Comprende frutta, verdura e razze animali, insieme a prodotti trasformati come formaggi, mieli, pani, salumi.
L'Arca del Gusto invita tutti a conoscere questi alimenti, a riscoprirli, preservarli e riportarli sulle tavole.
L'Arca del Gusto oggi comprende più di 3.500 prodotti.

Ogni descrizione del prodotto dell'Arca è il risultato di una segnalazione da parte delle comunità che producono e conservano questi alimenti, di ricercatori, di cittadini che seguono le attività Slow Food in ogni parte del mondo. Dopo aver ricevuto una segnalazione, la Fondazione Slow Food per la Biodiversità esamina la richiesta in collaborazione con l'Università di Scienze Gastronomiche e con esperti di vari settori (agronomi, botanici, storici della gastronomia, veterinari, ricercatori e docenti universitari) e compila una scheda del prodotto (quando possibile corredata da foto e video), che viene messa on line in inglese e italiano.

I **Presìdi Slow Food** sostengono le piccole produzioni tradizionali che rischiano di scomparire, valorizzano territori, recuperano antichi mestieri e tecniche di lavorazione, salvano dall'estinzione razze autoctone e varietà di ortaggi e frutta. Coinvolgono comunità di piccoli produttori che collaborano e decidono insieme le regole di produzione e di promozione.
Sono esempi concreti e virtuosi di un'**agricoltura sostenibile**, basata su qualità, benessere animale, sostenibilità, rispetto dell'ambiente, legame con il territorio, salute e piacere del consumatore.

Ogni Presidio è un percorso verso la sostenibilità economica, ambientale e socio-culturale, come segue:

- **sostenibilità economica**: per migliorare il reddito dei produttori, sviluppare l'economia locale, aumentare l'occupazione e accorciare la filiera;
- **sostenibilità ambientale**: per tutelare la biodiversità e gli ecosistemi attraverso pratiche sostenibili e tradizionali, aumentando la resilienza e favorendo il rinnovamento delle risorse naturali, e lottando contro i cambiamenti climatici;
- **sostenibilità socio-culturale**: per rafforzare il ruolo sociale dei produttori, le loro capacità organizzative, l'identità culturali e la loro autostima; per promuovere i territori di produzione.

Nel corso degli anni, il progetto dei Presìdi è diventato uno degli strumenti più efficaci per mettere in pratica le politiche agricole e di tutela della biodiversità sostenute da Slow Food. Nel 2008, Slow Food Italia ha registrato il marchio "Presidio" utilizzato per identificare, proteggere e promuovere i prodotti dei Presìdi italiani. "Presidio Slow Food" è oggi un marchio registrato ben noto, caratterizzato dal proprio logo e da regolamenti che i produttori s'impegnano a seguire.

PER SAPERNE DI PIÙ

www.fondazioneslowfood.com/it/cosa-facciamo/arca-del-gusto
www.fondazioneslowfood.com/it/cosa-facciamo/i-presidi

Oggi molti altri paesi hanno chiesto di utilizzare l'etichetta "Presidio Slow Food". Slow Food valuta ogni richiesta e approva l'uso del marchio quando i Presìdi accettano e sottoscrivono un protocollo di produzione e sono in grado di controllare la sua applicazione attraverso il lavoro congiunto dei produttori e della rete locale di Slow Food.

Slow Food promuove i prodotti dei Presìdi, racconta le storie dei produttori, mette in contatto produttori e consumatori con il coinvolgimento di reti di cuochi e attraverso eventi e mercati.
Oggi i Presìdi sono oltre 500, in 60 paesi, e coinvolgono 13.000 piccoli produttori.

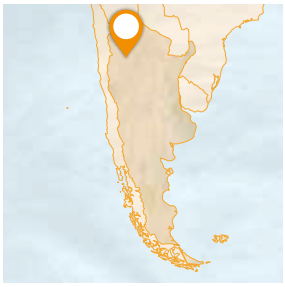
Grazie al sostegno di IFAD, sono stati identificati 40 prodotti dell'Arca del Gusto e creati 10 Presìdi in Argentina, Brasile, Colombia, Perù e São Tomé e Príncipe.

ARCA DEL GUSTO

© Alejandro Giovino

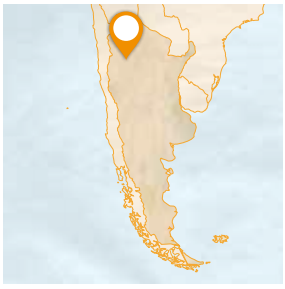
ARGENTINA

Alpamato



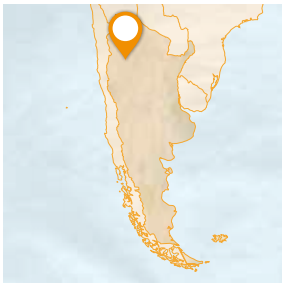
L'alpamato (*Myrianthes pseudomato*), conosciuto anche come *laurel*, *alpa mato* o *guili*, è una pianta spontanea che cresce sulle montagne delle regioni di Jujuy, Salta e Tucumán, in Argentina nordoccidentale. La pianta ha foglie semplici, oblunghe e acuminate, con bordi ondulati e prive di peluria. Può raggiungere i 10 metri di altezza e la sua corteccia è di colore grigio chiaro con macchie marrone chiaro. Il frutto è una bacca di colore nero e generalmente i semi sono di color marrone. Le foglie secche sono usate per aromatizzare le infusioni di erba mate, di té o come sostituto dell'erba mate. Usati nella medicina tradizionale per curare disturbi renali e come digestivo, questi infusi sono strettamente legati alla tradizione e alla cultura locale. Essendo un prodotto selvatico usato soprattutto per il consumo familiare, non si conosce con esattezza la quantità raccolta ogni anno di alpamato. Oggi la pianta rischia di scomparire: i giovani stanno perdendo la tradizione di raccoglierla e consumarla in infusione.

Arcayuyo



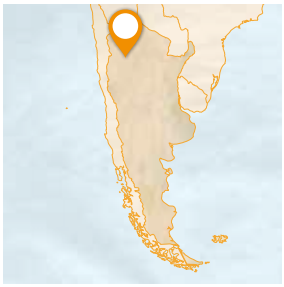
L'arcayuyo (*Chenopodium graveolens*) è una pianta spontanea annuale aromatica, dall'odore molto intenso, che cresce nella zona di Cuyo e Noroeste, nella regione di Tucumàn, nel nord-ovest dell'Argentina. Nasce in un ambiente arido, sopra i 2000 metri ed è alta circa 50 centimetri. Fiorisce nei mesi di gennaio e febbraio e la raccolta va da marzo a ottobre. Ha foglie ellittiche e fiori a cinque petali, coperti di piccoli peli vescicolosi che contengono un'essenza che conferisce proprietà terapeutiche alla pianta. La medicina popolare la usa per curare malesseri legati allo stomaco, al fegato, allergie, problemi cutanei, oltre che per avere benefici effetti rilassanti. Molti la usano anche come semplice infusione, talvolta unita all'erba mate, per combattere l'insonnia. Solitamente si conserva secca, ma il suo sapore è più intenso se consumata fresca. Oggi rischia di scomparire, come la comunità indigena Calchaquí che ne ha preservato la conoscenza; inoltre le nuove generazioni sono sempre meno interessate alla raccolta di erbe spontanee tradizionali e ai loro poteri medicinali.

Carne di lama di Catamarca



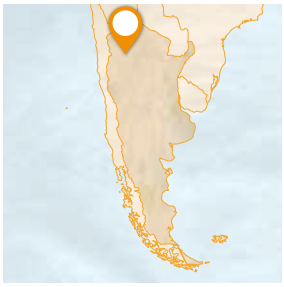
La carne di lama (*Lama glama*, della famiglia dei Camelidi) è un alimento tradizionale delle piccole comunità della regione di Catamarca, a nord dell'Argentina. L'area storica di allevamento è la città di Antofagasta de la Sierra, dove i lama sono tenuti al pascolo sulla brughiera a circa 4000 metri di altitudine. Nonostante questi animali siano stati allevati nelle Ande fin dall'epoca dell'Impero Inca, oggi la carne di lama è spesso sostituita da quella bovina. Inoltre, dal momento che l'allevamento è poco redditizio e non esiste un reale mercato per questa carne, il numero di capi sta gradualmente diminuendo. Nonostante presenti un minore contenuto di grasso e sia più fibrosa, la carne di lama è da sempre cucinata in modo simile a quella bovina, in arrosti, stufati o *empadanas*. Oggi è consumata prevalentemente nei piccoli paesi di montagna isolati e viene talvolta definita con disprezzo "cibo degli indios". L'esigua richiesta di prodotti derivati da questo animale, a eccezione dei tessuti di lana di lama (considerati manufatti tipici andini e la cui vendita ha resistito nel tempo su tutto il territorio), insieme al cambiamento delle abitudini alimentari delle popolazioni locali stanno portando a un graduale abbandono dell'allevamento del lama nella regione di Catamarca.

Charqui di Tafì del Valle



Il *charqui* di Tafì del Valle, nella regione di Tucumán, nel nord-ovest dell'Argentina, è un metodo tradizionale di conservazione della carne bovina, basato sulla salatura e sull'essiccatura, mentre in altre aree dell'America Latina il *charqui* è preparato con carne di agnello. Il termine *charqui* deriva dalla lingua quechua e significa "secco e magro", mentre il verbo *chaquear* indica il metodo di essiccatura degli alimenti (verdure, frutta, carne o pesce). Con il suo clima freddo e la buona esposizione diurna al sole, Tafì del Valle è la zona storica di produzione. Generalmente la carne si lavora nei mesi di marzo e aprile, prima che gli animali salgano in alpeggio. La tecnica è strettamente legata alla tradizione culinaria della comunità indigena dei Calchaquí – circa 30.000 persone – e in particolare al villaggio dei Quilmes, produttori storici di *charqui*. Preparato solo per il consumo familiare, non si conosce la quantità precisa di *charqui* prodotto ogni anno, anzi, oggi rischia di scomparire: l'avvento dei congelatori ha facilitato la conservazione della carne e le nuove generazioni non sono interessate a questa lunga e impegnativa preparazione.

Ulpada di mais



L'ulpada è una bevanda a base di acqua zuccherata, farina di mais o di fave. Anche la farina usata per la preparazione si chiama ulpada. Diffusa principalmente nelle province di Salta, Jujuy e Tucumán, è un prodotto tradizionale del nord dell'Argentina: numerose popolazioni indigene, principalmente la Calchaquí, la consumano a colazione. Si trova anche in Cile, Bolivia e Perú, ma gli ingredienti sono diversi. Conosciuta anche come "bevanda del viandante", affonda le sue radici nella tradizione degli Inca, dai quali era utilizzata come bevanda energizzante. I viaggiatori portano con sé solitamente solo la farina e aggiungono l'acqua solo al momento del consumo. Si tratta di un prodotto che invita alla convivialità nei momenti di pausa durante i lunghi tragitti o il lavoro. Quando si cammina in montagna si è soliti aggiungere all'ulpada anche un poco di alcol. Oggi è a serio rischio di estinzione perché le giovani generazioni preferiscono altre bibite energizzanti gassate o succhi di frutta industriali. Non si conoscono le quantità prodotte: l'ulpada di mais si prepara esclusivamente per autoconsumo e non si trova sul mercato.

BRASILE

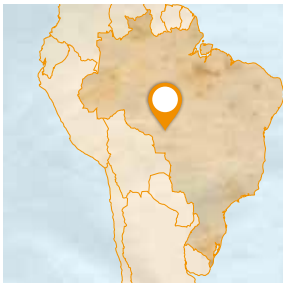
Miele di ape munduri

© Reveca Cazenave-Tapie

L'ape munduri (*Melipona asilvai*) è nativa della regione semiarida dello Stato di Bahia e del suo fragile ecosistema. Le api sono allevate con metodi rudimentali che rendono difficile la loro gestione e poco razionale l'uso dei loro prodotti, con il risultato che molte colonie vengono perse. Nello Stato di Bahia la distribuzione dell'ape munduri si estende alla regione caratterizzata dalla caatinga (una vegetazione secca delle zone semiaride intorno a Bahia) e nelle regioni costiere a elevate umidità, lo sviluppo delle colonie è generalmente a rischio. L'ape munduri mostra una serie di comportamenti di difesa diversi, alcuni caratterizzati da una sorta di "timidezza", come l'atto di nascondersi in caso compaiano elementi di disturbo, fingendo che la colonia sia stata abbandonata, in altri casi manifesta un'aggressività estrema, utilizzando le mandibole come strumento di difesa. Il miele munduri viene prodotto sporadicamente, in alcuni paesi come introito addizionale all'agricoltura. Questa attività viene gestita soprattutto dalle donne, in particolare nelle aree di Juazeiro e Capim Grosso nella regione di Piemonte da Chapada. L'analisi della relazione tra popolazione e produzione mostra che questa specie, se mantenuta in questa regione di origine e in alveari razionali, può produrre fino a 1,5 litri per alveare all'anno, sulla base di una popolazione di circa 1200 individui. Nell'ambiente naturale della munduri, la regione semiarida di Bahia, gli alberi umburana (*Amburana cearensis*) sono preferiti per la costruzione di colonie di api. Questa specie è usata anche da altre specie di api come la mandaçaia e la jandaíra. Altri alberi utilizzati dalle api munduri per creare un alveare sono: la aroeira (*Myracrodruon urundeuva*), il pruno brasiliano (*Spondias tuberosa*) e la quixabeira (*Sideroxylon obtusifolium*). In anni recenti si è assistito a un declino della vegetazione delle aree desertiche della parte nordovest del Brasile chiamata caatinga, dovuta alla deforestazione e agli incendi. Un'altra ragione per cui questa specie di api è a rischio di estinzione è la distruzione degli alveari da parte dei meleiros, nome dato dalla popolazione locale alle persone interessate solo al consumo del miele e non al rispetto dell'alveare e alle pratiche sostenibili per la raccolta.

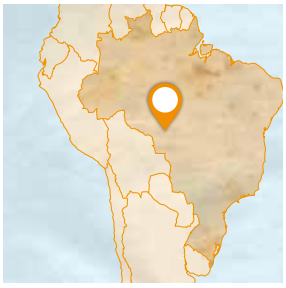
© Reveca Cazenave-Tapie

Miele di ape jataí



L'ape *Tetragonisca angustula* è localmente nota anche come *jataí-amarela, abelha-ouro, jati, abelha-mirim, mosquitinha-verdadeira, sete-portas, três-portas e abelha de botas*. La *Tetragonisca angustula* non è aggressiva: ha testa e torace neri, addome e zampe grigie. E' piccolissima, misura circa 4 millimetri di lunghezza. Costruisce nidi fatti di cera in cavità naturali. L'ingresso al nido è un canale, di solito dotato di diverse ramificazioni: questo è il motivo per cui la specie è nota come "sete-portas" (sette porte) e "três-portas" (tre porte), che vengono chiuse ogni volta che si presenta un pericolo imminente. La composizione del miele delle api senza pungiglione, più fluido e con una cristallizzazione più lenta, è diversa da quella del miele delle api del genere *Apis mellifera*. Le api jataí normalmente si nutrono di piante basse: il loro miele è leggermente più acido e ha un contenuto di umidità compreso tra il 22% e il 27%. Il miele è depositato in piccoli vasi ed è prodotto in quantità minori rispetto ad altre melipone. Prima dell'introduzione delle api del genere Apis, le api senza pungiglione erano le uniche mellifere e gli impollinatori più importanti nello stato di Bahia. Ancora oggi, nelle regioni semiaride del Brasile, sono tenute dai contadini con metodi artigianali, utilizzando sistemi di apicoltura basati su conoscenze popolari e tradizioni locali. Le api sono tenute in favi, vasi di terracotta, zucche e alveari di legno rudimentali. Il miele è destinato prevalentemente al consumo della famiglia o usato per scopi medicinali: è usato come antinfiammatorio, analgesico, sedativo, espettorante, desensibilizzante e antibatterico. In Brasile, le api jataí si trovano negli stati di Amazonas, Amapá, Bahia, Ceará, Espírito Santo, Goiás, Maranhão, Minas Gerais, Mato Grosso, Pará, Paraíba, Rio de Janeiro, Rondônia, Rio Grande do Sul, Santa Catarina e São Paulo. Secondo le informazioni a disposizione, in una stagione di buona fioritura le jataí possono produrre 1,5 litri di miele l'anno. Le api indigene del Brasile sono minacciate dalla deforestazione, dall'attacco di insetticidi, pesticidi e altre specie. Subiscono inoltre gli effetti dell'estrazione inadeguata del miele: i "meleiros" prelevano il miele nell'habitat naturale delle api e poi lasciano i favi a terra, che sono così distrutti dalle formiche. Il cambiamento climatico, infine, causa periodi di prolungata siccità, provocando il declino della specie nelle regioni semiaride del Brasile.

Miele di ape moça branca



L'ape moça branca (*Frieseomelitta doederleini*) non è tra le specie più diffuse nell'apicoltura locale. Tuttavia, ha una caratteristica che la distingue: accumula grandi quantità di resina e polline, offrendo un'interessante alternativa alla produzione di propoli. È inoltre utile nei programmi di impollinazione di alcune colture. L'ape produce un miele chiaro e delicatamente profumato, molto apprezzato ma prodotto in piccole quantità. Circa 193 specie di api, appartenenti a 79 generi, sono state registrate nella caatinga brasiliana, negli stati di Ceará, Rio Grande do Norte, Paraíba, Pernambuco, Sergipe, Alagoas, Bahia, Piauí meridionale e orientale e nel nord del Minas Gerais. Secondo i documenti esistenti, l'ape moça branca si trova anche negli stati di Maranhão e Mato Grosso. L'apicoltura della moça branca è stata identificata nella regione di Piemonte da Diamantina. Tuttavia, ancora oggi, nelle regioni semiaride del Brasile le api senza pungiglione sono allevate in modo artigianale dai contadini, con sistemi basati su conoscenze popolari e tradizioni locali. Sono tenute in favi, vasi di terracotta, zucche e alveari di legno rudimentali. Il miele è destinato prevalentemente al consumo della famiglia o usato per scopi medicinali. In una stagione di buona fioritura le api moça branca possono produrre 1 litro di miele l'anno. Le api indigene del Brasile sono minacciate da diversi fenomeni. Innanzitutto, la deforestazione praticata anche appiccando incendi. Subiscono inoltre gli effetti dell'estrazione inadeguata del miele fatta dai "meleiros", che prelevano il miele nell'habitat naturale delle api lasciando poi i favi a terra, che sono così distrutti dalle formiche. Sono attaccate da insetticidi e pesticidi, oltre che da molti altri predatori. Il cambiamento climatico, infine, causa periodi di prolungata siccità, provocando il declino della specie nelle regioni semiaride del Brasile.

Melão coalhada

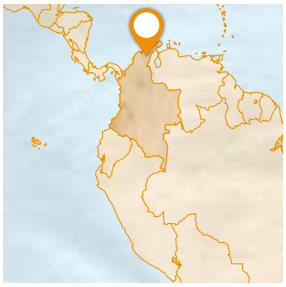
Questo melone (*Cucumis melo*), che appartiene alla famiglia delle *Cucurbitaceae*, è il frutto di una pianta rampicante. Una volta maturo, ha colore giallastro, forma allungata e misura circa 30 centimetri. La buccia è sottile e la polpa è morbida, succosa, molto profumata e con numerosi semi piatti. Il *melão coalhada* è normalmente coltivato durante la stagione delle piogge della caatinga, solitamente novembre. È possibile trovarlo in due aree della regione semiarida di Bahia: Piemonte da Diamantina e Sertão do São Francisco. Nella regione, il prodotto ha scarso valore commerciale e la produzione è destinata al consumo domestico, sebbene si trovi presso alcuni mercati comunali.

© Reveca Cazenave-Tapie

COLOMBIA

© Archivio Slow Food

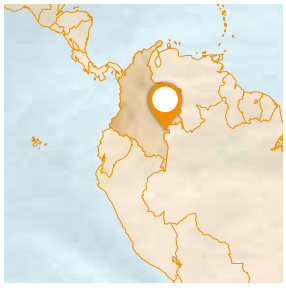
Yucca sabrosita



© Archivio Slow Food

La yucca *sabrosita* ("gustosa") è una pianta perenne il cui tronco può arrivare a 2 metri di altezza. La radice è di colore marrone e può essere divisa in varie radici minori, le foglie sono verde scuro e nella coltivazione si devono togliere le escrescenze perché il tubero sia più lungo che largo. Dalla semina alla produzione passano fino a 11 mesi. Secondo gli indigeni della Guajira, la yucca impiega circa 5 anni per iniziare la produzione e ogni ettaro può dare 200 radici. Questa varietà è coltivata da contadini con piccoli appezzamenti di terreno nel Corregimiento de Rio Ancho, anche se in tutta la regione proliferano le grandi piantagioni. Nell'anno 1534 si conosceva la yucca nei villaggi orientali e sud orientali della Sierra Nevada di Santa Marta e, grazie al contatto tra i popoli indigeni della Sierra e gli Wayuu, questa coltivazione si è propagata nella penisola della Guajira. È stata chiamata così per il suo sapore particolarmente gradevole, quasi dolce, e la consistenza farinosa. Inoltre la produttività e le dimensioni sono superiori rispetto a quelle delle altre varietà di yucca. Una delle ricette più popolari e tradizionali sono i *buñuelos navideños*: frittelle di Natale che si preparano il 24 dicembre e si mangiano in famiglia. Una volta pronte si cospargono con il miele. Altre preparazioni erano la arepa de yucca, i caribañuelas, il bollo de yucca con cocco. Storicamente questa pianta si coltivava sulle pendici della Sierra Nevada di Santa Marta. Nel municipio di Dibulla, l'area di maggior produzione era il Corregimiento di Rio Ancho. Attualmente, esistono 880 ettari di yucca con una produzione di 9.600 tonnellate all'anno, nella regione di La Guajira. Nonostante questo, si trova sempre più raramente nei mercati. Un altro fattore che aggrava la situazione sono gli effetti dei pesticidi utilizzati nelle coltivazioni illecite della zona vicina.

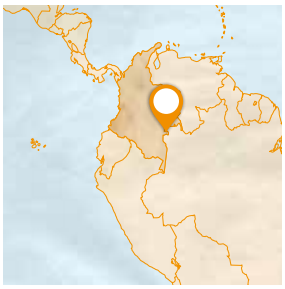
Aceto tradizionale di guineo



Nel Dipartimento della Guajira la popolazione produce un aceto a base di guineo (il nome con il quale si definiscono localmente alcune varietà di banana, piccole, verdi e con un contenuto minore di amido). Solitamente si usano guineo fino e guineo manzano (una varietà particolare dal sapore che ricorda la mela). In generale quest'ultimo è il più utilizzato per la preparazione dell'aceto perché permette di ottenere un aceto agrodolce, con più aroma, un colore più chiaro e più saporito per accompagnare gli alimenti. La preparazione era un'attività a cui partecipavano sia uomini che donne, con ruoli ben definiti: gli uomini si incaricavano di portare la frutta e le donne invece la lavoravano, lavando la frutta, pelando il guineo, trasformandolo e sistemando poi il recipiente in un posto sicuro per la fermentazione. L'aceto tradizionale è una ricetta tipica che si è tramandata di generazione

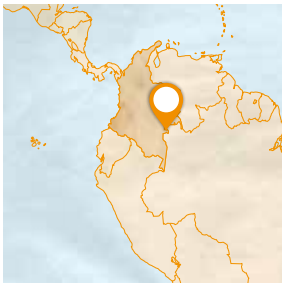
in generazione ed è l'ingrediente fondamentale per il pastel de cerdo, il riso combinato o de liga. L'area storica di produzione è il Municipio de Dibulla, La Guajira, dove è prodotto in piccole quantità. Non si trova sul mercato ma è preparato solo per il consumo famigliare. Il rischio di scomparsa è legato alla standardizzazione dei gusti e alla sua preparazione piuttosto lunga. Anche la ridotta coltivazione del guineo manzano è uno dei motivi della scomparsa di questo aceto. Le condizioni climatiche, del suolo e le malattie hanno ridotto la presenza di questa pianta che ora si trova solo sporadicamente e i frutti sono consumati freschi dagli abitanti.

Alfajor di mais di Dibulla



L'alfajor è un dolce tradizionale spagnolo arrivato in America in epoca coloniale. In Colombia gli alfajores sono preparati con biscotti al burro ripieni di arequipe (crema dolce con latte e zucchero). I bordi sono decorati con farina di cocco e pezzetti di arachidi. Gli alfajores del Municipio de Dibulla sono a base di mais, preferibilmente bianco, panela (pasta di zucchero di canna), cocco e pepe verde e si differenziano da altri simili perché hanno forma quadrata, sono più duri e non sono biscotti. Il dolce, tipico della regione di La Guajira, soprattutto del Municipio de Dibulla, non si trova sul mercato, ma si produce per consumo famigliare. Il motivo della quasi scomparsa è dovuto al cambiamento culturale: entrando in contatto con altri paesi vicini e altre culture, i prodotti tradizionali hanno perso il loro fascino. Un altro motivo è la scarsa conoscenza della ricetta originale, soprattutto da parte dei giovani, e la diminuzione della coltivazione del mais bianco, oggi sostituito dal mais giallo.

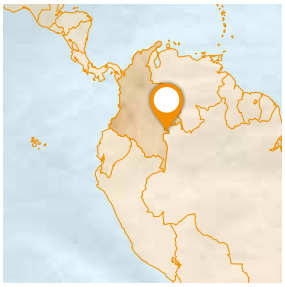
Avocado della Sierra Nevada



L'avocado cresce su alberi alti dai 20 ai 30 metri. Il tronco è facile da tagliare e spesso, di colore da grigio scuro a rossiccio. Le foglie sono verdi e lunghe; i suoi fiori sono disposti in grappoli. Il frutto, dalla buccia sottile di colore verde, rosso oppure verde con sfumature gialle, è facile da pelare e la polpa è gialla e morbida. Ha un sapore piacevole, consistente e lascia un buon retrogusto sul palato. Il primo raccolto avviene dopo cinque o sei anni da quando i semi sono stati seminati. Ogni albero dà circa da 200 a 500 avocado, ma quando raggiunge i 30 anni può arrivare a produrre anche 1000 avocado a raccolto. La presenza di questo prodotto in Colombia risale all'epoca precolombiana. Lungo le dorsali della Sierra Nevada, nel Municipio de Dibulla, era normale trovare alberi di avocado (da qui il nome locale *serrano*) perché era una pianta che si estendeva in gran parte del territorio. Questo prodotto non veniva trasformato ma venduto come frutta nei mercati vicini e utilizzato per il consumo. Oggi si trova comunemente sul mercato, tuttavia le malattie delle piante, i pesticidi, i cambiamenti climatici e i cambiamenti in atto sul mercato potrebbero portare alla drastica riduzione della coltivazione di questo frutto sulla Sierra. Il recente attacco di peronospora, l'interesse commerciale limitato, la sua delicatezza e il prezzo troppo basso hanno fatto sì che la sua coltivazione sia diventata progressivamente sempre meno interessante.

© Archivio Slow Food

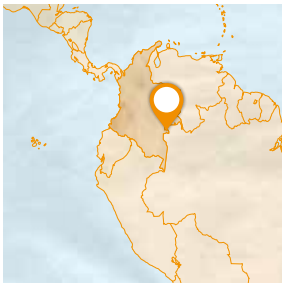
Cachirra



Nei pressi della città di Dibulla esistono delle depressioni lagunari che periodicamente si riempiono di acqua di mare. Tra queste, la Laguna Mamavita e la Laguna Grande. Le loro acque hanno una salinità variabile. In estate, nei mesi da febbraio ad aprile, vi entrano acqua di mare e alcune specie di pesci che normalmente vivono a circa 37 metri di profondità. A causa dell'aumento del livello di salinità e della progressiva scarsità di ossigeno dovuta all'abbassarsi del livello delle acque per l'evaporazione, i pesci muoiono e vengono a galla già salati e disidratati. Si tratta di pesci di varie specie: la lisa, la mojarra, il robalo o robalito, il pechito, l'acciuga e il macabí. Tutti questi sono chiamati dalla comunità, nel loro insieme, cachirra. Le persone raccolgono nella salina con un bastone i pesci già morti, li sistemano in un sacco o in una bacinella o li infilano in una corda per poterli cuocere in un secondo momento, accompagnati da arepa o platano o riso. Un piatto tradizionale è anche l'"arroz con cachirra", un risotto tipico della Semana Santa, la settimana di Pasqua. La raccolta di questo pesce è una pratica antica tramandata di generazione in generazione. È un'attività comunitaria a cui possono partecipare donne, uomini, bambini. L'area storica di produzione è la Laguna Grande, bacino di acqua appartenente al Comune di Camarones. Una persona può raccogliere in media 20 sacchi di cachirra. Alcuni di questi pesci si usano per preparare il salpicòn, un'antica ricetta tradizionale in cui il pesce sminuzzato viene soffritto con un sugo di pomodoro, cipolla, aglio, ajì (peperoncino) e altri condimenti locali. A causa dell'alterazione dell'ecosistema marino e dei cambiamenti climatici il recupero dei pesci in maniera tradizionale è a rischio. La diminuzione del pescato in tempi recenti ha indotto infatti i pescatori a usare le reti nella salina prima che secchino e quindi si sta interrompendo il processo naturale e ultrasecolare legato a questo tipo di cattura.

© Archivio Slow Food

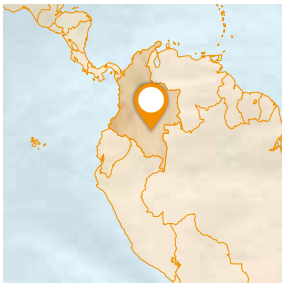
Guaimaro



É un albero che può raggiungere i 40 metri di altezza e un diametro di 1,50 metri. Ha un tronco dritto, cilindrico, con nodi ben sviluppati e una corteccia esterna di colore grigio scuro, a scaglie. La corteccia interna è di colore rossiccio e giallognolo ed è umida. Le foglie sono semplici, alternate, con picciolo. La lamina della foglia generalmente presenta una serie di curve simili a dita di guanti, di colore giallo; i suoi fiori sono di colore verdognolo. Il frutto quando matura prende un colore giallo o arancio. La pianta può produrre fino a 300 frutti l'anno e si possono produrre 300 chili di frutta in ogni raccolta. Le caratteristiche dell'albero permettono lo sviluppo di altre coltivazioni nelle vicinanze e la pastorizia. Normalmente quest'albero è utilizzato per ottenere legna, tuttavia anche i suoi frutti hanno un elevato valore nutritivo. Quest'albero si trovava facilmente nei sentieri della Sierra Nevada: le comunità contadine e indigene raccoglievano questa frutta per il consumo famigliare, mentre alcuni animali selvatici, come la danta, animale sacro per la comunità indigena locale, se ne cibavano. In tempi antichi questo frutto rappresentava la sicurezza alimentare per la popolazione. Si consuma bollito e alcuni preparavano anche un dolce spesso e di colore marrone con latte, cocco, zucchero e cannella. La zona storica di produzione è la Sierra Nevada di Santa Marta nella regione della Guajira. Quest'albero è quasi scomparso a causa dell'utilizzo indiscriminato del suo legno quando si costruì la Carretera Troncal del Caribe (la grande strada costiera caraibica della Colombia) e a causa dell'avvento delle piantagioni di coltivazioni illecite.

© Archivio Slow Food

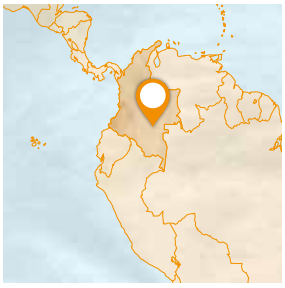
Icaco



© Archivio Slow Food

L'icaco è un arbusto spontaneo che cresce nelle zone vicine al bordo del mare. Si tratta di un albero basso e tozzo di colore marrone scuro con una grande quantità di bozzi. Le foglie sono dure, rotonde o ovali, coriacee, verdi scuro e brillanti sulla faccia superiore. I fiori hanno cinque petali verdi e cinque petali bianchi. Il frutto è ovale, la pelle di colore rosa e bianco, la polpa bianca e morbida come il cotone e dolce, però se cresce lontano dal mare ha un sapore tra il neutro e il dolce. L'albero inizia a produrre tre anni dopo la semina. La storia dice che il seme sia stato portato dagli olandesi nel XVII secolo. Questo frutto veniva raccolto dalle donne di Mingueo. Gli alberi si trovavano tra la foce del Rio Ancho e la punta di Rincòn Mosquito, conosciuto con il nome di Los Icacale, e le spiagge di questa zona come la Boquita del Icacal. Oltre ad essere venduto al mercato di Riohacha, i frutti erano utilizzati per il consumo famigliare e per produrre il dolce de icaco. Per produrre questo dolce le donne mettevano a bollire l'icaco poi aggiungevano zucchero e cannella e dopo circa un'ora era pronto. Il dolce, che si prepara ancora oggi a dicembre, è di colore rosso caramello ed è come cristallizzato. L'icaco si trova raramente sul mercato. Il rischio di scomparsa è associato alle nuove destinazioni dei territorio in cui anticamente si trovava questa pianta, come la vendita delle proprietà agricole degli olandesi per realizzare ampi latifondi o la costruzione di complessi turistici sulla costa del Caribe. Anche se questa coltivazione si è estesa lungo tutta la costa, le caratteristiche dei frutti sono differenti come colore, dimensione e sapore da quelli coltivati nella regione storica.

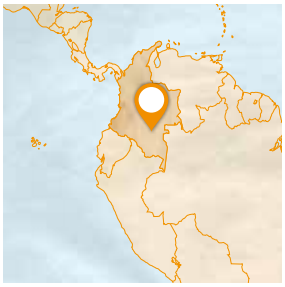
Igname bavoso di Dibulla



© Archivio Slow Food

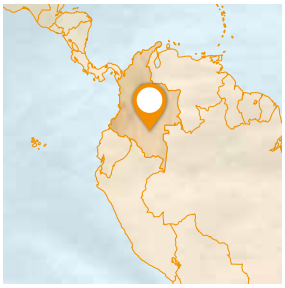
L'igname bavoso (così chiamato per la gomma che esce nel momento in cui viene tagliato) è una pianta rampicante con fusti avvolti su se stessi che possono arrivare a 3 metri di altezza. Le foglie hanno bordi lisci e sono verdi, quando sono giovani sulla superficie hanno pigmenti di antocianina rossi. Il fiore presenta un colore biancastro o grigio, non vistoso. Questa pianta produce tuberi che nascono dalle foglie e hanno colore castano chiaro e scuro, forma cilindrica e dimensione variabile da 5 a 10 kg. La polpa è bianca, liscia, farinosa e morbida. Considerando che l'igname costituì un alimento essenziale nella dieta degli schiavi, si crede che questo tubero sia arrivato in America come prodotto secondario del commercio degli schiavi tra gli spagnoli e i portoghesi a metà del XIV secolo. L'igname fu anche una delle principali coltivazioni praticate nei pressi delle miniere di oro. Il suo mercato era principalmente Riohacha e, in seguito, il grande mercato vicino di Santa Marta. Nella regione caraibica della Colombia, le preparazioni con l'igname vanno dal dolce al salato, dal tradizionale mote de queso fino al dulce de ñame preparato con cannella, latte e farina di cocco, abitualmente preparato nella settimana di Pasqua. In questa regione il dipartimento che conta la maggiore produzione è Bolívar. I flussi migratori hanno fatto sì che questa coltivazione iniziasse anche nel Corregimiento di Mingueo, Municipio de Dibulla. Nella regione de La Guajira esistono 150 ettari coltivati a igname, con una produzione di 1440 tonnellate all'anno. Tuttavia non si hanno dati precisi riguardo alla produzione di igname bavoso. Si trova sul mercato in quantità sempre minori a causa della malattia chiamata antracnosis che ha provocato, tra la fine degli anni Ottanta e l'inizio dei Novanta, la perdita di molte coltivazioni e la sostituzione con l'igname espino, più tollerante alla malattia. Inoltre i contadini stanno lasciando da parte questa coltivazione perché il mercato preferisce varietà più piccole e meno delicate.

Panela della Sierra Nevada



La panela serrana prodotta nelle coltivazioni di Altos de San Jorge proviene da una canna tradizionale chiamata criolla. Si tratta di una canna che ha una radice robusta che le permette di restare eretta. La corteccia è morbida e il suo livello di produzione di succo raggiunge il 60%. Per ottenere la panela serrana bisogna macinare le canne perfettamente mature e aggiungere agglutinanti come succo di pomodoro o altre piante che si trovano nella zona. Il risultato di tutto questo processo è una pasta morbida e con una consistenza piacevole, farinosa e gradevole al gusto. Da sempre, in Guajira, la canna da zucchero è stata utilizzata come alimento e veniva coltivata dalla popolazione che vive sulle pendici laterali della Sierra e dagli indigeni che barattavano la panela con alimenti o con il rum. Era conosciuta nella lingua degli indigeni Koguis, che in questo periodo abitavano Palomino, come hiula. I semi della canna che ora si usano per realizzare la panela sono considerati autoctoni perché appartengono da tempo alla comunità Wayuu che abitava sui declivi della Sierra Nevada. Si presume che questi semi siano arrivati a questa comunità grazie allo scambio costante di prodotti con le altre etnie che abitavano la regione. Questo prodotto ha un grande legame culturale con il territorio, si usava per varie preparazioni in cucina, soprattutto per i famosi arepuelas, in cui si usava il miele di panela mescolato con la farina e anice. Storicamente la panela serrana veniva prodotta su larga scala nella zona della Cabecera Municipal (o centro urbano principale) di Dibulla. Oggi si trova sul mercato, ma la produzione di panela con canna autoctona è minacciata perché i produttori stanno cercando canne più resistenti agli insetti infestanti, ai cambiamenti climatici e più produttive. Un altro fattore critico è la mancanza di sostegno da parte del Governo e le norme sanitarie troppo restrittive.

Platano di Dibulla

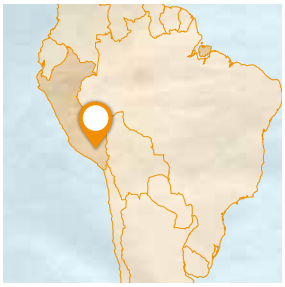


Il platano di Dibulla è un frutto che nasce da una pianta che può raggiungere fino a 5 metri di altezza. Si caratterizza per lo spessore, la farinosità e per la compattezza della polpa che permette alla frutta di non disfarsi facilmente durante la cottura. La buccia è dura ed è facile separarla dalla polpa. Con questo frutto si preparano i patacónes: platani fritti e poi schiacciati. La coltivazione del platano è la più fiorente e tradizionale del Municipio di Dibulla. L'inizio delle coltivazioni ha come data il 1798, anno in cui inizia la cristianizzazione degli indigeni locali. Questa coltivazione ha un forte legame culturale con la comunità perché è alla base di diverse ricette tradizionali tra cui il platano maduro, la torta di platano maduro cotto, e il frullato conosciuto con il nome di jolo jolo. La farina di platano di Dibulla si realizzava soprattutto nel periodo dei venti forti che colpivano le coltivazioni di platano. Per non sprecare i frutti, le donne li tagliavano a fette, le mettevano su lamine di zinco sopra i tetti fino a quando erano secchi, poi le macinavano e conservavano la farina. Le fette si raccoglievano quando il sole era ancora alto, perchè l'umidità della notte non li rendesse meno croccanti. Il modo più semplice per preparare il platano, ancora oggi, è cuocerlo o friggerlo sia a fette che sotto forma di patacón. Le zone storiche di produzione sono Rio Caña, Corregimiento de Mingueo, Municipio de Dibulla. Attualmente esistono 435 ettari seminati con questa varietà la cui produzione è di 2000 tonnellate all'anno. Si trova sul mercato, ma il grande nemico della coltivazione è la malattia chiamata sigatoka negra. Un altro fattore che minaccia la sua esistenza è la gestione poco controllata da parte dei contadini che non praticano con diligenza la pulizia, lo sfrondamento e i controlli fitosanitari che la pianta richiede, le ondate di freddo invernale e gli effetti dei pesticidi.

PERÙ

© Archivio Slow Food

Año o izaño di Tuti

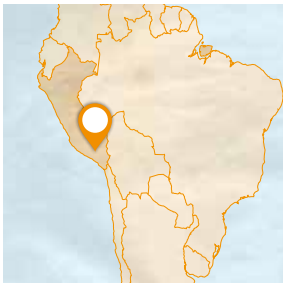


© Archivio Slow Food

L'año o izaño di Tuti è un tubero dalla forma allungata con una parte appuntita, coltivato nella regione di Tuti, nel dipartimento di Arequipa, nel sud del Perù. Ne esistono diverse varietà: gialla (la più dolce), bianca (leggermente meno dolce), nera (più farinosa), rossa, azzurra e rosata. La semina avviene nel mese di ottobre e la raccolta nel mese di maggio. Dopo essere stato raccolto l'año si conserva fino a cinque mesi, trascorsi i quali il suo sapore diventa troppo amaro. Un tempo questo tubero era parte integrante della dieta quotidiana a Tuti, ed era cucinato in molte ricette. Tra queste il "*hiro de año*" o la "*mazamorra de año*". L'año si può anche friggere, sempre dopo essere stato bollito. Il modo più particolare per gustare l'año, subito dopo la raccolta, è la *huatia*. Con la terra che si è frantumata durante la sua raccolta si costruisce una sorta di forno, direttamente nel campo, in cui si mettono a cuocere i tuberi con patate, fave, carne di porcellino d'India o anche trote. Gli abitanti di Tuti, ad esempio, sono conosciuti come "quelli che conservano l'año nel tessuto nero", in riferimento all'abitudine di conservare il tubero bollito in teli di colore scuro per mantenerne il calore. Gli abitanti di Tuti scambiavano questo prodotto con il mais cabanita, coltivato nelle terre più basse. Queste terre alte erano perfette per la coltivazione perché le malattie non attaccavano le coltivazioni e la quantità prodotta era alta. L'año di queste zone è conosciuto come il migliore in assoluto grazie al sapore ineguagliabile che acquisisce solo se cresce in queste terre. Attualmente questa coltivazione occupa soltanto il 2-3% delle terre disponibili mentre un tempo ne occupava la metà. Non si trova più sul mercato ed è coltivato solo per autoconsumo. I motivi di questo abbandono crescente sono legati al suo diminuito valore di mercato che ha convinto gli agricoltori a dedicarsi all'allevamento che risente meno degli sbalzi climatici, delle gelate e delle siccità. Un'ulteriore minaccia per questo tubero storico è il minor consumo e interesse da parte delle popolazioni giovani che preferiscono cibi meno tradizionali.

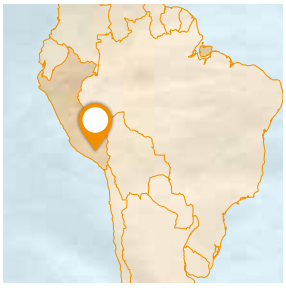
© Archivio Slow Food

Fave di Tuti



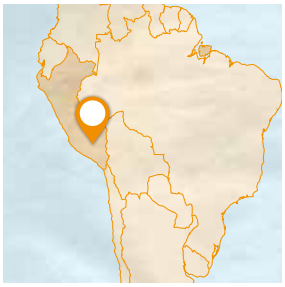
Con il termine fave di Tuti (distretto del dipartimento di Arequipa, nel sud del Perù) si indica un insieme di varietà di fave, tra le quali si distinguono una varietà più commerciale, la Gigante di Yunguyo, e una usata per il consumo locale, la Verde Anta. Questa zona è tradizionalmente rinomata per la produzione di fave grazie ai suoi terreni fertilizzati con il "guano delle terre alte" ovvero il letame che deriva dall'allevamento di lama, alpaca e pecore allevati nella zona. La Verde Anta di Tuti viene principalmente usata per il consumo famigliare. Il sapore è dolce, intenso e la consistenza farinosa. Non è troppo facile da pelare perché la pelle tende a rimanere attaccata ai semi ma la cottura è rapida e si conserva più a lungo rispetto ad altre varietà. La varietà Gigante di Yunguyo di Tuti ha invece un maggiore riscontro commerciale grazie alle dimensioni più grandi e alla maggiore facilità di pelatura e quindi di preparazione, il sapore tuttavia è leggermente meno intenso. La semina avviene nel mese di settembre e ottobre e la raccolta nei mesi di febbraio, marzo, aprile. Si conservano nei loro baccelli per mantenere il sapore, la consistenza e il colore, e possono durare fino a 3 o 4 anni. Esistono diverse ricette tipiche, tra cui il "revuelto di habas" un piatto in cui si cuociono le fave insieme a cipolla, ajì, patate, latte e formaggio. Non mancano le zuppe e le minestre che hanno come ingrediente principale la farina di fave di Tuti. Dal punto di vista storico le fave di Tuti sono da sempre legate alla tradizione del mondo contadino. I contadini le regalano, come segno di gratitudine, all'amministratore dell'acqua, ovvero a colui che gestisce la ripartizione delle acque usate per l'irrigazione dei terreni. I contadini sostengono che il gusto unico delle fave di Tuti sia dovuto proprio a queste acque che arrivano direttamente dal ghiacciaio del monte Mismi. La produzione approssimativa delle due varietà è di circa 40 tonnellate di fave. I motivi per cui rischiano di scomparire sono legati al mercato, perché le fave di Tuti devono combattere la concorrenza di fave comuni, spacciate per originali "fave di Tuti", ma anche a causa dei cambiamenti climatici e di una malattia chiamata "chocolatada" che stermina le piante di fave, rendendole nere come cioccolato.

Pera di Tapay



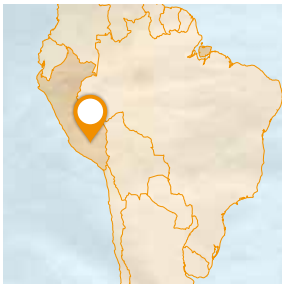
La pera di Tapay è di piccole dimensioni e ha forma appuntita. La buccia è di colore verde chiaro, puntinata di verde più scuro, la polpa è bianca e morbida, succosa. Il sapore è dolce all'inizio e acido nel finale. Queste pere si raccolgono con l'utilizzo di un attrezzo chiamato *pallana* ("raccoglitore" in lingua quechua), uno strumento che consiste in un lungo bastone di legno o in una canna grossa, con un cestino all'estremità in cui si lasciano cadere le pere staccate dall'albero. La coltivazione di pere di Tapay è legata alla festa di Maria Maddalena, patrona di Tapay, che si celebra il 22 luglio. Un tempo i contadini partecipavano alla messa che era seguita da una processione e dopo lanciavano frutta alla folla. Addobbavano le strade con rami carichi di pere, mele e guaiava e la gente metteva in scena una specie di battaglia per accaparrarsi i rami migliori. Non si conosce esattamente la quantità prodotta di pere di Tapay. Una parte della produzione è destinata al consumo famigliare, mentre una parte viene utilizzata per il baratto con altri generi alimentari non presenti nella regione di Tapay come patate, fave, mais. Il resto viene venduto. La principale minaccia per la sopravvivenza di questa varietà di pera è che gli alberi sono sostituiti da coltivazioni di avocado più redditizie. Inoltre, nel 2013, la mosca della frutta ha attaccato gli alberi di pere.

Mela di Tapay



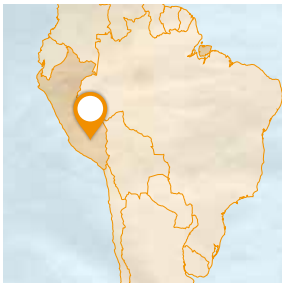
La mela di Tapay è conosciuta localmente come "nativa" poiché non è noto il nome della varietà. La zona di produzione è la Valle della Colca che gode di un clima particolarmente temperato, perfetto per la coltivazione di frutta. Le dimensioni di questa mela sono medie, la forma è leggermente ovale, la buccia è giallognola con striature rosse, il sapore è acidulo. Queste mele si raccolgono con l'utilizzo di un attrezzo chiamato pallana ("raccoglitore" in lingua quechua), uno strumento che consiste in un lungo bastone di legno di chuchao o in una canna grossa, con un cestino all'estremità in cui si lasciano cadere le mele staccate dall'albero. In genere questa mela si consuma fresca, oppure bollita per ottenere un'acqua alla mela che si consuma come bibita, oppure si cuoce sopra le braci ("manzanitas asadas"). Gli abitanti conoscono da sempre un metodo particolare per conservarla: sistemano file di mele sopra il fieno, in un sottotetto, facendo attenzione a scegliere quelle più sane e non intaccate, poi le coprono completamente con il fieno che crea così un effetto protettivo che impedisce l'ingresso dell'aria e quindi il deterioramento della frutta. Gli abitanti della zona sono conosciuti come "choqro manzana" cioè mela verde: questo soprannome indica il profondo nesso tra i frutti e la comunità che da sempre lo coltiva. Anticamente si viaggiava con gli animali per arrivare nella zona di Cusco e scambiare le mele con il chuño (conserva di patate disidratate). Gli scambi avvenivano anche lungo il cammino. Questa mela si coltiva nelle zone medie e basse della regione di Tapay e il suo sapore diventa più acido con l'aumentare dell'altitudine. Da oltre una decina di anni la mela di Tapay è minacciata dalla concorrenza di altre varietà più comuni e meno costose, e oggi è difficile per il consumatore capire se si sta acquistando la varietà originale di Tapay.

Boyo di Cabanaconde



Il boyo di Cabanaconde è un dolce a base di farina di mais cabanita, della varietà gialla, dal sapore dolce e intenso. Anticamente si macinava la farina, utilizzando un mortaio o un mattarello di pietra chiamato q'onana, e poi si univano lievito proveniente dalla fermentazione della chicha, zucchero chucarapi della Valle di Tambo, sale di Lluta, strutto di maiale, uova, latte e acqua. Un tempo i boyos erano preparati soltanto una volta all'anno, nei giorni il cui gli uomini di Cabanaconde salivano fino al ghiacciaio di Hualca Hualca per i lavori di scavo che permettessero il passaggio delle acqua durante il disgelo, per fare in modo che si dirigessero nelle campagne dove era seminato il grano. Questi dolci li accompagnavano nel compito faticoso di salire a oltre 5000 metri sopra il livello del mare e di tornare. I giovani si occupavano degli scavi nelle zone più alte, i vecchi ad un'altitudine minore. Da circa 30 anni, però, gli abitanti hanno fatto in modo che un canale che attraversa le loro terra arrivi ad irrigare anche i loro campi, in questo modo non è più necessario tutto il faticoso lavoro di scavo sul ghiacciaio. I boyos sono diventati quindi parte della dieta durante tutto l'anno. Nella regione di Cabanaconde non veniva consumato abitualmente il pane. La colazione era costituita da cancha (mais tostato). L'uso del pane era limitato a una o due volte a settimana, mentre ora questi boyos vengono consumati al posto del pane. Attualmente sono prodotti da due panetterie che ne vendono circa 50 al giorno, inoltre rimane la preparazione nelle case per il consumo familiare. Il boyo di Cabanaconde è a rischio di estinzione perché, pur essendo un prodotto universalmente conosciuto nella regione, pochi sono in grado di prepararlo secondo la ricetta originale. Rischia inoltre di essere confuso con i boyos moderni per i quali si utilizza farina di grano, più economica, e non l'originale farina di mais cabanita.

Mais cabanita bianco, giallo, granata e cheqche

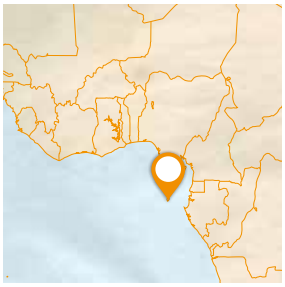


Queste quattro varietà di mais cabanita sono coltivate nella valle del Colca, a sud del Paese. Sono consumate come *chochoca* (mais cotto, seccato e poi macinato), mentre con la farina si preparano le *mazamorras* (pappe a base di mais, consumate come piatto unico o come contorno) e *maiz pelado* (chicchi di mais cotti e pelati) e con entrambi si possono preparare delle zuppe. Con il mais sgranato e cucinato in padella olio e sale si cucina la cancha.
Il ciclo agricolo di questi mais dura 9 mesi. Si seminano ad agosto, nel corso di quella che è una vera e proprio festa, il *solay*. Ancora oggi si usano per scambi, attraverso il baratto con il charqui (carne secca di alpaca), il *chuño* (patate disidratate) e l'*olluco* (un tubero allungato). Prima di essere venduto le pannocchie sono sgranate e i chicchi divisi in prima qualità (più grandi), seconda qualità (chicchi medi), terza qualità (chicchi piccoli). Il mais cabanita ha due caratteristiche peculiari: la rotazione delle coltivazioni (i semi del mais seminato sulle terre alte verrà poi seminato nelle terre basse e viceversa) e l'abitudine di mescolare il mais bianco o giallo, in maggior quantità, con mais granata o cheqche per creare un insieme cromaticamente piacevole. Le origini del mais cabanita risalgono al periodo degli Inca. La produzione di questo tipo di mais, inoltre, è legata a molteplici feste, tradizioni culturali e agricole. L'area storica di produzione è la regione di Cabanaconde. Circa il 50% del mais cabanita appartiene alla varietà bianca. Nei 720 ettari di coltivazioni si producono circa 2.160 tonnellate di mais totali, per cui la quantità di varietà bianca sarebbe intorno alle 1.000 tonnellate. Si trova sul mercato ma è a rischio di estinzione per due motivi: la distribuzione concentrata su pochi intermediari e gli effetti negativi dei cambiamenti climatici.

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

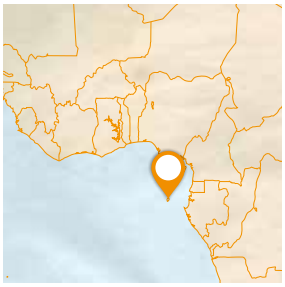
© Marco Del Comune & Oliver Migliore

Izaquente Zequencthe



L'izaquenteiro (*Treculia africana*) è un albero di una decina di metri di altezza che cresce in modo spontaneo in varie parti dell'isola di Sao Tomé e Principe. Ha foglie forti, spesse e luminose. Il suo frutto, l'izaquente, nella lingua locale *zequencthe* o, sull'isola di Principe, opakala, è tondo, verde e molto grande e pesa tra i 10 e i 15 kg. Assomiglia al frutto dell'albero del pane, ma ha una superficie più liscia e, a differenza del fruta pao che si sbuccia e si cuoce per mangiare la polpa, l'izaquante si lascia maturare per facilitare l'estrazione dei molti semi. Una volta estratti i semi con delicatezza, si lavano alla fonte d'acqua più vicina e possono poi essere usati subito o lasciati essiccare. I semi dell'izaquente sono famosi per le loro proprietà nutritive quali vitamine A, B e C, sali minerali e oligominerali. In passato i semi di izaquente erano un alimento fondamentale per le famiglie con scarsi mezzi economici perché molto nutritivi. Si cucinavano solo con un po' di olio oppure nel *funge*, piatto unico a base di semi di izaquente, sale, ossame e pepe. Il funge era l'alimento tipico delle donne incinte per stimolare la produzione del latte. I semi di izaquente servono anche come antinfiammatorio. L'izaquente si trova in piccole quantità in tutte le zone delle isole di Sao Tomé e Principe. Si trova sul mercato locale, essiccato da pochi trasformatori isolani. Oggi rischia di scomparire perché il legno dell'izaquenteiro è molto ricercato per le costruzioni delle case in legno e perché estrarne i semi è un processo laborioso che le famiglie non sono più disponibili a fare, preferendo cibi più veloci da preparare.

Pepe della foresta



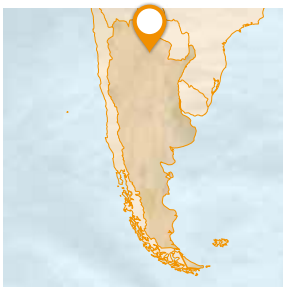
Il pepe della foresta (*Piper guineense*) è presente in tutta l'Africa occidentale. Nel piccolo stato insulare di Sao Tomé e Principe cresce spontaneamente, soprattutto sull'isola di Principe e nella zona del Parque Obo di Sao Tomé. La pianta è molto robusta è può crescere anche fino a una decina di metri. Lo stelo, sul quale crescono i fiori, è ricurvo. I chicchi sono piuttosto piccoli, neri con sfumature rossastre, dal sapore forte e molto persistente. Si possono trovare sui mercati locali sebbene in piccole quantità. Il pepe selvatico era solitamente molto usato nelle isole, mentre ora si preferisce utilizzare il legno essiccato della corteccia dell'albero del pepe per insaporire i cibi. La corteccia mantiene, seppur con meno fragranza, il sapore dei grani, perciò, invece di aspettare che il frutto cresca, gli abitanti di queste zone preferiscono tagliare la corteccia del tronco o dei rami e usarli in cucina. In questo caso si parla di "pau pimenta", letteralmente il "bastoncino di pepe", un po' come si utilizza la cannella. Il pepe della foresta rischia di scomparire proprio per la consuetudine di scorticare i fusti degli alberi prima che siano produttivi, limitandone di molto la crescita. Inoltre, tra i concorrenti nel consumo del pepe, bisogna considerare anche il cobra nero, un pericolosissimo serpente che vive nella foresta e che ne è ghiotto.

PRESÌDI SLOW FOOD

© Marco Del Comune

ARGENTINA

Frutti selvatici del Gran Chaco



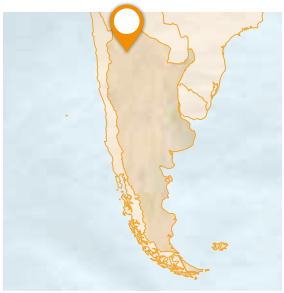
Il Gran Chaco, una delle maggiori eco-regioni dell'America Latina, è un bassopiano che include parte dell'Argentina, della Bolivia, del Brasile e del Paraguay. Delimitato dai fiumi Paranà, Pilcomayo, Paraguay e Salado a nord, sud e ovest e dall'altipiano andino a est, ha un clima continentale, moderatamente umido e in alcune zone semiarido. Nella pianura del Gran Chaco, gli alberi di carrubo bianco, chañar e mistol, fin dall'era precolombiana, sono parte della cultura alimentare dei popoli indigeni, nonchè simbolo di magnificenza. Da sempre, sono le donne a occuparsi di raccogliere i loro frutti e la legna, e a impiegarli in numerose preparazioni: farine, pani, bevande… Tuttavia, il contatto con le popolazioni europee ha causato la perdita di molte abitudini alimentari tradizionali e oggi questi prodotti si trovano soltanto in piccole quantità su alcuni mercati locali. Ad aggravare la situazione, la crisi ambientale, dovuta alla progressiva deforestazione del Gran Chaco, e l'introduzione di prodotti di provenienza esterna, come la farina di grano e lo zucchero. Il carrubo bianco (*Prosopis alba* e *Prosopis chilensis*) offre frutti oblunghi, simili al baccello dei fagioli. La buccia è di colore giallognolo e la polpa – che racchiude semi molto duri – è carnosa, formata principalmente da zuccheri che le donano un sapore gradevole. Trasformati in farina sono un ingrediente importante e versatile per la gastronomia locale (panificazioni umide e secche, bibite fermentate e non, guarnizioni per la pasticceria). Inoltre, le carrube rappresentano anche un foraggio di eccellente qualità per il bestiame. All'interno del programma di riforestazione del Chaco promosso dal governo, alcune comunità hanno iniziato a piantare alberi di carrubo e a cercare sbocchi commerciali per la farina che verrà prodotta con i frutti del carrubo. Il chañar (*Geoffroea decorticans*) è un albero resistente alla siccità e alle basse temperature che si trova spesso sulle rive di lagune, paludi e fiumi. I frutti, chiamati patalcas, sono piccoli, lisci e tondeggianti, di colore rosso-arancione. La polpa, dolce e pastosa, si mangia fresca o si usa come ingrediente nelle ricette tradizionali: bollita per preparare dei pani oppure il chañar (uno sciroppo concentrato), mescolata con latte o acqua e con farine particolari – come quella di carruba – per produrre l'añapa, una bevanda analcolica rinfrescante. Il chañar è stato un'importante fonte di nutrimento per molte generazioni di nativi e di immigrati, e tuttora è usato a scopi terapeutici, in particolare per il trattamento dei problemi respiratori. L'albero del mistol (*Ziziphus mistol*) ha frutti piccoli e di colore rosso-marrone. La polpa è dolce e può essere mangiata fresca, bollita o essiccata al sole (*pasa de mistol*) oppure trasformata in diverse preparazioni. Una volta cotta, ad esempio, è ingrediente dell'arrope, uno sciroppo casalingo molto apprezzato, oppure del bolanchao, un dolce molto conosciuto. La pasta preparata con il frutto essiccato e macinato, il patay, invece, è utilizzata in molti piatti tradizionali argentini. Con il mistol si producono anche un succo (aggiungendo la farina ottenuta dai frutti dell'algarrobo o della tusca), delle infusioni dalle proprietà terapeutiche e un liquore. Le radici e la corteccia dell'albero sono utilizzati al posto del sapone (jabón de palo) o come tintura.

Il Presidio

Il Presidio nasce dalla collaborazione con la Fundación Gran Chaco e la Cooperativa de Mujeres Artesanas del Gran Chaco (CO.M.AR.), con l'obiettivo di contrastare l'abbandono del territorio, l'impoverimento dell'alimentazione della popolazione locale e le gravi conseguenze sulla sua salute. La CO.M.AR. è un'organizzazione nata nel 2000 ed è composta da otto associazioni di base, che coinvolgono circa 1600 donne di etnia wichi e comle'ec. Nel Gran Chaco argentino le donne si occupano da sempre della casa e dei figli, hanno un basso tasso di scolarità e una forte subordinazione al mondo maschile. La creazione della cooperativa ha permesso loro di organizzarsi prima per la produzione e commercializzazione di artigianato locale, quindi per la realizzazione di un progetto sul prodotto locale per eccellenza: la farina di carrubo.

Il Presidio, in collaborazione con la Fundación Gran Chaco, promuove il consumo di prodotti tradizionali del Gran Chaco, incentivando la condivisione dei saperi a essi legati e diffondendone l'utilizzo nella dieta locale. Il Presidio, insieme alla rete dei cuochi Slow Food, realizza formazioni sulle tecniche di raccolta e conservazione dei frutti selvatici e incontri per promuovere scambi di conoscenze su ricchezza nutrizionale, proprietà terapeutiche e forme di consumo dei frutti. Il Presidio ha adottato un protocollo di produzione e intrapreso un percorso per la promozione e la commercializzazione dei prodotti a livello regionale.

Formaggio di capra di Tucumán



© Alejandro Giovino

© Acdi

Tucumán, la regione più piccola dell'Argentina, situata a nord-ovest del paese, era abitata sin dai tempi antichi da popolazioni inca dedite ad allevamento e agricoltura, le cui pratiche tradizionali sono state pressoché cancellate dalla colonizzazione prima e da una forte immigrazione poi. Varietà vegetali (mais, zucche, patate, quinoa) e razze animali (guanaco, lama, vicuñas) sono via via scomparse con l'arrivo delle monocolture: grano, canna da zucchero e, negli ultimi anni, soia geneticamente modificata, in particolare nell'area sud-orientale della regione, pressochè pianeggiante. In questa regione, la produzione caprina permette la salvaguardia della vita delle famiglie nelle zone rurali e del paesaggio. Infatti, in quest'area, alcune famiglie resistono e continuano ad allevare capre criolle e a produrre formaggi tradizionali. Le capre – discendenti dalle razze introdotte dai conquistatori spagnoli – si nutrono esclusivamente al pascolo con varietà spontanee, come la carruba bianca e il mistol; questo fa sì che, da un lato, il latte abbia un'alta qualità organolettica, dall'altro impedisca l'avanzata delle colture estensive (come la soia) che dominano il paesaggio circostante. Sono le donne a produrre i formaggi: aggiungono al latte il caglio di capretto, pressano la cagliata così ottenuta in stampi di foglie di palmilla intrecciate e la lasciano asciugare per uno o due giorni. Le forme così ottenute asciugano per una settimana su cannicci di paglia (zarzos) e sono lasciate stagionare con tempi diversi (nonostante i tucumanos preferiscano consumarli freschi in giornata). La tradizione vuole che le forme siano perlopiù piccole e diverse le une dalle altre. L'alimentazione delle capre e il metodo di trasformazione danno al formaggio un aroma sottile, con tracce di frutti silvestri.

Il Presidio

Il Presidio Slow Food coinvolge un gruppo di donne e lavora per recuperare il metodo di trasformazione tradizionale, migliorando la qualità del prodotto e promuovendolo sui mercati della regione, attraverso la partecipazione a fiere ed eventi e il coinvolgimento dei cuochi dell'Alleanza Slow Food, affinché inseririscano i formaggi nei menù dei ristoranti.

Il Presidio è nato in collaborazione con la condotta Slow Food Faro Tucumán, l'Unsta (Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino), e l'Acdi (Asociación Cultural para el Desarrollo Integral) e le comunitá di La Madrid e Taco Ralo.

BRASILE

© Archivio Slow Food

Umbù

© Sören Schuhmacher

© Gabriela Rocha www.dodesign-s.com.br

L'umbù (conosciuto anche con il nome di imbù) è un frutto nativo del Nord Est che cresce nella Caatinga, la macchia tipica della regione semiarida brasiliana (il Sertão). Il nome deriva dalla parola degli indios Tupi Guaraní y-mb-u, che significa "albero che dà da bere". Il ciclo produttivo inizia a partire dai 10 anni e continua fino all'età di 200 anni e oltre. Questo albero spontaneo dalla chioma a ombrello fruttifica una volta l'anno, arrivando a produrre, nella fase adulta, 300 chilogrammi di umbù. Grazie a un particolare apparato radicale, che forma grandi tuberi capaci di immagazzinare – nella stagione delle piogge – anche 2000 o 3000 litri d'acqua, riesce a resistere ai periodi più secchi, costituendo una risorsa importante per una delle aree più povere e aride del Brasile, dove le coltivazioni di mais, fagioli, manioca e l'allevamento brado di pecore sono soggetti a severe siccità cicliche. L'umbù si raccoglie a mano, delicatamente, e si ripone in borse e secchi (in questi ultimi anni è stata fortunatamente abbandonata la tecnica rovinosa di battere i rami con lunghi bastoni). I frutti sono tondi: possono essere piccoli come una ciliegia o raggiungere la grandezza di un limone. La buccia è liscia, verde o gialla quando i frutti sono ben maturi; la polpa è succosa, aromatica, agrodolce e all'interno nasconde un grande nocciolo. L'umbù si consuma fresco o trasformato in numerosi tipi di conserve. Tradizionalmente si cuoce fino a che la polpa e la buccia si separano. Quindi si cola il liquido, lo si mescola con zucchero di canna e si prosegue la cottura per altre due ore fino a ottenere un'ottima gelatina. La polpa, liberata dai noccioli e cotta a lungo con lo zucchero, diventa invece una crema densa e lievemente asprigna, una sorta di cotognata. Dall'umbù si ricavano inoltre il succo, il vinagre (risultato della cottura della polpa dei frutti raccolti sovramaturi), la marmelada (preparata in forma simile alla cotognata) o ancora una semplice composta fatta mettendo nei barattoli frutti interi e sciroppo di zucchero (umbu em calda). La polpa fresca oppure il vinagre (se non è stagione di raccolta), mescolati con latte e zucchero, sono ingredienti della tradizionale umbuzada, una bevanda energetica che può sostituire il pasto serale.

Il Presidio

Per dimostrare l'importanza e le potenzialità di questo frutto straordinario – cui fino a pochi anni fa nessuno dava valore – è stato fondamentale il lavoro iniziale dell'Irpaa/Procuc, con l'aiuto della Commissione europea, della Kmb (diocesi di Lins) e del governo austriaco, tramite l'Ong austriaca Horizon 3000. Questi soggetti, impegnati in loco da molti anni per la valorizzazione dei prodotti della Caatinga, hanno accompagnato nel 2003 la nascita della cooperativa Coopercuc, che produce trasformati di umbù artigianali. Grazie alla Fondazione Slow Food e all'Ong Horizon 3000, nel 2006 sono nati i primi dei 13 piccoli laboratori nel territorio, che consentono oggi una prima lavorazione dei frutti, consegnati poi alla

cooperativa. Il Presidio, fin dall'inizio, ha stilato un disciplinare di produzione per garantire l'alta qualità dei trasformati di umbù e attualmente si concentra sulla valorizzazione e promozione sul mercato locale, nazionale e internazionale. La Coopercuc è considerata a livello internazionale un'esperienza virtuosa di associativismo, capace di dialogare con un mercato diversificato (mense scolastiche, mercati, fiere) e proponendo una produzione di qualità con identità territoriale.

Licurì

© Paula Pimentel

© Paula Pimentel

Nello stato semiarido di Bahia, è impossibile non scorgere, in lontananza, le palme licurì (Syagrus coronata) e i suoi grappoli con migliaia di frutti verdi. Di portamento imponente, sono note con il nome di palme solitarie della caatinga brasiliana (ecosistema caratteristico del nordest del Paese, dal nord di Minas Gerais fino al sud del Pernambuco, attraverso gli stati di Bahia, Sergipe e Alagoas). Un tempo erano parte integrante del paesaggio e il loro consumo era molto diffuso. Già il Tratado Descritivo do Brasil, pubblicato nel 1587 dal ricercatore portoghese Gabriel Soares de Sousa, ne descriveva sapore e qualità.

Nella regione del Piemonte da Diamantina, nel cuore della Caatinga bahiana, tra gennaio e maggio (l'epoca della raccolta principale), i grappoli sono recisi con un coltello o una falce, sistemati in un balaio (grossa cesta di liane intrecciate) e infine trasportati dalle donne (in testa o a dorso di mulo). Le donne si occupano sia del raccolto sia della rottura dei frutti: sedute in casa o all'ombra di un albero, spezzano i gusci con una pietra.

Il frutto del licurì ha uno strato di polpa – di cui gli uccelli sono molto golosi – e un nocciolo che, a sua volta, nasconde una mandorla dal sapore intenso che ricorda il cocco.

Noto anche con i nomi di ouricuri, aricuri, nicuri, alicuri e coquinho-cabeçudo, ha un ruolo fondamentale nell'economia locale: per molte famiglie rappresenta l'unica fonte di reddito. Può essere consumato acerbo o maturo, fresco o tostato. Se ne può estrarre il latte oppure l'olio.

I bambini preparano collane di licurì che appendono al collo, per avere una merenda nutriente sempre a portata di mano. Ancora oggi è ingrediente fondamentale di alcuni piatti tradizionali del periodo pasquale: il frutto è servito con il pesce o con il pollo, mentre il latte è usato nella preparazione del riso.

Il Presidio

Nel 2005, è nata la Coopes (Cooperativa di produzione del Piemonte da Diamantina, con sede a Capim Grosso) per riunire le raccoglitrici di licurì e definire criteri per la raccolta e la trasformazione. La cooperativa riunisce 120 donne, di 30 comunità, che si occupano della raccolta, della rottura dei frutti, della trasformazione in prodotti diversi (biscotti, dolci, latte, olio di licurì e prodotti artigianali in paglia di licurì).

Oltre a individuare sbocchi di mercato, la cooperativa è impegnata nella campagna contro la deforestazione e per la tutela della palma contro gli incendi. Da questa palma dipendono diverse comunità locali e la sopravvivenza di uno degli uccelli più belli della regione, ormai a rischio di estinzione: l'ara giacinto, che si nutre di polpa di licurì. Dal 2008, la Coopes organizza la festa del licurì con piatti tipici, concorsi di rottura del frutto, musiche e danze. Il Presidio, in collaborazione con la Coopes, promuove il prodotto sul mercato locale e nazionale, e nella gastronomia bahiana. Tra il 2014 e il 2015, grazie al supporto dell'IFAD, Slow Food ha organizzato uno scambio con il Presidio dell'umbù (Cooperativa Coopercuc), una formazione volta al miglioramento della qualità e comunicazione del prodotto (etichettatura e packaging) e iniziative di valorizzazione del licurì nella gastronomia baiana (festival, fiere, concorsi e contatti con cuochi della rete Slow Food).

© Paula Pimentel

Miele di ape mandaçaia della Caatinga

© Reveca Cazenave-Tapie

© Reveca Cazenave-Tapie

Nello stato di Bahia, i territori del Piemonte da Diamantina e Bacia do Jacuípe sono immersi nella caatinga (che in lingua indigena tupi-guaraní significa "foresta grigia"), un ecosistema presente esclusivamente nella regione semiarida brasiliana.
Questi territori ospitano la melipona quadrifasciata anthidioides, capace di vivere a temperature molto elevate. La melipona mandaçaia (conosciuta anche come amanaçaí, amanaçaia, manaçaia e mandaçaia-grande) è un'ape senza pungiglione con testa e torace neri, addome a strisce gialle e ali color ruggine. Di dimensioni piccole (è lunga circa 10–11 mm), costruisce il proprio alveare all'interno di tronchi cavi, fabbricando l'ingresso con un impasto di fango e resine estratte dalle piante. Il suo nome – mandaçaia – in lingua indigena significa "meravigliosa guardia" e infatti, all'entrata dei suoi alveari, si nota sempre un'ape intenta a vigilare.
Il miele di mandaçaia è liquido e ha un aroma molto persistente, espressione del mix di fiori e piante della Caatinga. Deve essere conservato preferibilmente in frigo, per evitare che fermenti.
La meliponicultura è un'attività che interessa prevalentemente donne e giovani e rappresenta una fonte di reddito integrativa per le comunità. Le quantità di miele prodotte sono minime, al massimo un litro e mezzo all'anno, se le fioriture sono buone. Destinato al consumo domestico o al mercato locale, è sia un alimento, sia una medicina (efficace per influenza, raffreddori e problemi respiratori). La mandaçaia è inoltre fondamentale per l'impollinazione del licurì, una palma molto importante per le comunità del territorio, sia come elemento di identità, sia come fonte di reddito.
I lunghi periodi di siccità e la desertificazione causata dal cattivo utilizzo del suolo, oltre altri problemi socio-ecologici, hanno portato questa ape a un rischio reale di estinzione.

Il Presidio

Il Presidio nasce dalla collaborazione tra Slow Food e la cooperativa Coopes, avviata per promuovere un sistema alimentare sostenibile, valorizzando i saperi delle comunità e la biodiversità locale. Il progetto coinvolge apicoltori, meliponicoltori e raccoglitrici di licurì che aderiscono ad associazioni e organizzazioni locali.
L'obiettivo del Presidio è salvaguardare la melipona quadrifasciata dal rischio di estinzione e tutelare l'ecosistema della Caatinga; l'ape mandaçaia ha infatti una funzione fondamentale nell'impollinazione della flora autoctona, in particolare della palma del licurìi Allo stesso tempo, intende promuovere l'uso di questo miele nella gastronomia locale, coinvolgendo i cuochi della rete di Slow Food.
Il Presidio del miele di ape mandaçaia della Caatinga è solo il primo passo verso il rafforzamento di una rete di meliponicoltori della regione del semiarido brasiliano.

© Reveca Cazenave-Tapie

COLOMBIA

Granchio nero di Providencia

Il granchio nero (Gecarcinus ruricola) o "Black Crab" è un crostaceo endemico che vive nel bosco secco tropicale dell'isola colombiana di Providencia e della vicina Santa Catalina. Le due isole, separate solo da un ponte pedonale, nel 2000 sono state dichiarate dall'Unesco "Riserva della Biosfera Seaflower" per il loro valore naturale, storico e sociale.

Il granchio nero di Providencia ha una corazza nera, grande circa 8-9 centimetri, e zampe rosse con venature gialle. Ha due grandi chele, che utilizza per difendersi dai nemici e per alimentarsi (principalmente di frutta, funghi e materiale organico del bosco secco). Ogni anno, tra aprile e giugno, gli esemplari adulti scendono dalla zona montuosa dell'isola al mare per accoppiarsi e deporre le uova. Venti giorni dopo la schiusa, le larve risalgono verso il Picco di Providencia per continuare la crescita nel bosco secco sotto tronchi e rocce, o sotto terra.

Gli abitanti di Providencia, chiamati raizal, (discendenti da schiavi africani e navigatori britannici), basano la propria economia sul turismo, la pesca artigianale e la cattura di specie endemiche come il granchio nero e i caracoles (grandi molluschi marini della famiglia Strombidae). La cattura del granchio è praticata manualmente sia dagli uomini che dalle donne, preferibilmente di notte, quando i crostacei escono in cerca di cibo, utilizzando una lanterna o una torcia artigianale costruita con una bottiglia. I granchi vengono catturati vivi e rinchiusi in alti contenitori, per evitare che scappino. Il giorno seguente la cattura, le donne si occupano della lavorazione nel cortile interno di casa utilizzando strumenti artigianali. In primo luogo il granchio viene bollito in acqua, in seguito le donne tolgono la corazza per ottenere la carne, da consumare il giorno stesso o da conservare in contenitori da una libra per il congelamento e, successivamente, la vendita. Le chele sono conservate e congelate in borse da 100 unità per il futuro consumo familiare o la commercializzazione.

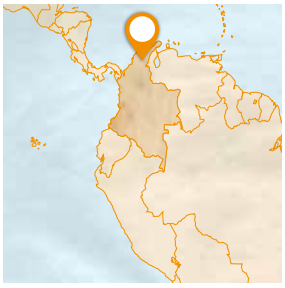
Il granchio nero è da lungo tempo protagonista della gastronomia raizal. Si consuma bollito o stufato, accompagnato da riso, nelle empanadas o nel rondón, un piatto tipico che contiene anche carne e pesce. Il piatto più apprezzato e riconosciuto è la zuppa di granchio nero, che contiene anche aglio, pepe, dumplin (gnocchi di farina e acqua), igname, patate dolci, latte di cocco ed erbe aromatiche di Providencia.

Il Presidio

La commercializzazione della carne e delle chele è una delle fonti principali di guadagno per la popolazione di Providencia, ma solo una piccola parte del prodotto è consumata sull'isola, mentre la maggior parte è destinata al mercato turistico di San Andrés. Non esistono dati certi sugli esemplari catturati ogni anno, ma alcuni studi evidenziano che, a causa del grande numero di catture e per la sostituzione del bosco secco con i pascoli,

il numero di granchi sta diminuendo. Per questa ragione le autorità hanno imposto un fermo delle catture da aprile a giugno (durante la riproduzione) e una taglia minima di cattura. Il Presidio è nato nel 2014 grazie al progetto "Il granchio nero di Providencia, Presidio della cultura raizal" coordinato dalla Fondazione ACUA. L'obiettivo è accompagnare le politiche ambientali e di sostenibilità per garantire la sopravvivenza della specie, con azioni concrete per promuovere il consumo del granchio nei ristoranti locali di Providencia. Inoltre, lavora per generare nuovi guadagni per le famiglie, grazie alla produzione di conserve a base di granchio e altri prodotti della terra e del mare.

Cacao porcelana della Sierra Nevada de Santa Marta



© Andrea Amato

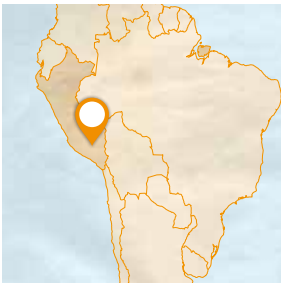
© Andrea Amato

La Sierra Nevada de Santa Marta è la montagna più alta della Colombia: la vetta raggiunge i 5775 metri sul livello del mare. È un massiccio montuoso che si affaccia sul Mar dei Caraibi, separato dalla cordigliera delle Ande, ed è abitato prevalentemente da comunità indigene come i kogi, gli arhuacos e i wiwa e, nelle parti più basse, da comunità meticce e afro-discendenti. La Sierra è caratterizzata da una grande abbondanza di acqua, fornita in larga parte dalle nevi perenni che imbiancano le sue cime, e la vegetazione è prevalentemente costituita dal bosco tropicale secco. Durante gli anni Ottanta e Novanta, l'area era un importante centro per le coltivazioni illecite come la coca e la marihuana, oggi in gran parte sostituite grazie a programmi statali e della cooperazione internazionale.
Sulle pendici della Sierra, in particolare sulla parete nord affacciata sul mare, nel comune di Dibulla (provincia della Guajira), è ancora possibile trovare piante selvatiche di cacao porcelana, una varietà locale caratterizzata da cabosse giallo-verdi, lunghe foglie, semi bianchi e sottili dall'aroma intenso. Anche se le prime testimonianze circa la coltivazione di cacao a Dibulla risalgono al 1895, nelle zone alte della Sierra il cacao si trova da tempo immemore in forma selvatica. Per i popoli indigeni ha rappresentato in passato una importante fonte di energia e i suoi grani macinati erano consumati dagli anziani in una bevanda considerata sacra.
Negli ultimi decenni purtroppo il porcelana, un tempo abbondante, è stato sostituito da varietà ibride, coltivate da produttori locali in consociazione con alberi da frutto (come platano e avocado), da legname (rovere) e legumi (carrubo), ed è venduto a un prezzo estremamente basso a intermediari locali.

Il Presidio

Il Presidio è composto da 36 famiglie di produttori di cacao membri dell'associazione Apomd di Mingueo, nel comune di Dibulla. Attualmente, coltivano varietà di cacao ibrido, fermentate ed essiccate artigianalmente prima di essere vendute sul mercato locale.
Il Presidio, sviluppato in collaborazione con IFAD e la Ong colombiana Corporación Pba, intende riscoprire le migliori piante di cacao porcelana della Sierra e riprodurle nella Sierra Nevada in un sistema agroforestale, in cui il cacao è coltivato nella foresta con altri alberi (selvatici o no) e ortaggi.
Il Presidio intende aiutare i produttori a migliorare le tecniche di post-raccolta e di trasformazione per produrre e commercializzare grani di cacao di alta qualità e tavolette di cioccolato a base di cacao porcelana, panela biologica (succo di zucchero di canna solidificato e macinato) e altri ingredienti locali di organizzazioni di produttori della Sierra Nevada.

Formaggio rosso di Lluta



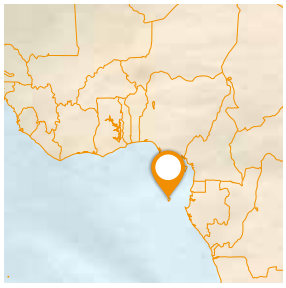
Da Arequipa, storica città andina conosciuta come ciudad blanca, la strada sale e attraversa un paesaggio lunare, intagliata su versanti ripidi, brulli e rocciosi. Dopo circa quattro ore, raggiunge Lluta, un paesino di pietra circondato da una geometria di muretti a secco che delimitano piccoli rettangoli di grano, trifoglio, mais, cipolle, frutteti. Sui campi, pascolano vacche bianche e nere, cavalli e qualche pecora dal pelo folto. I contadini lavorano la terra agganciando coppie di tori all'aratro di legno e si spostano con gli asini. A quattro km dal centro del villaggio è ancora attiva un'antica miniera di sale rosso. Un tempo – prima che costruissero la strada verso il mare – era l'unico sale a disposizione della comunità; ora serve per gli animali e per preparare il prodotto simbolo del villaggio: il formaggio rosso. Prodotto da generazioni, il formaggio rosso di Lluta si ottiene da latte di vacca intero e crudo di animali che pascolano liberi 12 mesi l'anno. Dopo la mungitura, si filtra il latte, si versa in una pentola e si lavora subito, senza riscaldare. Poi si aggiunge il caglio (un tempo si otteneva dallo stomaco degli agnelli o dei capretti, oggi si compra) e si aspetta circa mezz'ora. A questo punto si rompe la cagliata molto finemente con un cucchiaio di legno, si separa il siero, si sistema la massa in forme circolari di corda intrecciata e si pressa leggermente con le mani. Quando le forme (che hanno un diametro di circa 15 cm e uno scalzo di circa 7) sono pronte, si ricoprono di sale rosso, macinato in casa con una grande pietra ovale. Il giorno dopo il formaggio è pronto, ma offre le sue caratteristiche migliori dopo 4 o 5 giorni. Può maturare anche qualche settimana, diventando più secco e asciutto. Dal siero si ottiene un'ottima ricotta. Prima del consumo si sciacqua la superficie del formaggio con acqua, per eliminare il sale. Si può mangiare da solo con un po' di pane, tagliato a cubetti nel soltero (un'insalata di formaggio, pomodori e cipolle crude, fave, carote e patate lesse, prezzemolo, limone) ma è anche un perfetto ripieno per le empanadas dolci oppure ingrediente del blanco (una crema a base di grano, latte e formaggio).

Il Presidio

La ricetta per preparare il formaggio rosso, a Lluta, è patrimonio di ogni famiglia e molte famiglie hanno qualche vacca per il latte, ma il Presidio parte con un primo gruppo di 30 produttori, coinvolgendo tutti gli allevatori disponibili a collaborare per migliorare la filiera produttiva e promuovere questo prodotto antico e unico, trasformandolo in un elemento di riscatto culturale ed economico per questo paese tagliato fuori dalle principali rotte turistiche. Il formaggio è di ottima qualità, con un buon sapore di latte ed erba, ma occorre migliorare le condizioni igieniche dei locali di lavorazione, consentire ai produttori di essere regolarmente registrati e di avere un marchio collettivo, un disciplinare, un'etichetta narrante. A questo punto si lavorerà sulla promozione: presso i mercati di Arequipa e la migliore ristorazione del Perù. Tra gli obiettivi del Presidio, c'è anche la salvaguardia della razza serrana, una vacca dal manto nero e dalle grandi corna che è sempre più rara, perché, come tutti i bovini autoctoni, dà poco latte, anche se grasso e di ottima qualità. Così negli ultimi 40 anni è stata sostituita o incrociata con la Frisona, ormai diffusa in tutta la valle.

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

Caffè robusta di São Tomé e Príncipe



Quando, nel 1470, i portoghesi scoprirono le isole di São Tomé e Príncipe, s'imbatterono in rigogliose foreste disabitate, sostenute dalla ricchezza del terreno vulcanico. Per soddisfare logiche coloniali, il piccolo arcipelago fu popolato di schiavi deportati dall'Angola e da Capo Verde, perché potessero lavorare nelle piantagioni di canna da zucchero prima, e poi, dalla fine dell'800, di cacao e di caffè Arabica importati dal Brasile. Il cacao trovò nella terra saotomense il suo habitat ideale, trasformando in breve tempo la piccola isola nel maggior esportatore mondiale di fave di cacao, sfruttando le condizioni disumane che le popolazioni deportate erano costrette a subire. La sorte del caffè Arabica invece non fu così felice, forse per assenza di terreni abbastanza vasti a un'altitudine superiore a 800-900 metri, ideale per la crescita della pianta. Un'altra specie di caffè, la Coffea canephora, meglio conosciuta come robusta, ebbe miglior sorte, perché più resistente e soprattutto più adattabile alla morfologia dell'isola che ancora oggi ne è ricoperta, dal livello del mare ai 1100 metri di São Nicolau. Non si conosce con esattezza l'origine del caffè coltivato oggi, ma quasi certamente si tratta di varietà introdotte dall'Angola e dall'Uganda, proprio dagli schiavi di quei paesi. A São Tomé lo schiavismo è ancora un argomento sentito nel profondo: abolito nel 1875, ma solo sulla carta, è stato sostituito da un sistema di lavoro forzato che è durato, a tutti gli effetti, fino alla caduta della dittatura portoghese, nel 1974. Nella memoria collettiva degli isolani, perciò, caffè e cacao sono inevitabilmente legati a centinaia di anni di sofferenza. Oggi, però, questo prodotto potrebbe trasformarsi in strumento di riscatto per la popolazione, soprattutto per le comunità più povere. Il robusta di São Tomé, infatti, se lavorato con cura, può ambire a raggiungere una qualità molto alta: è molto ricco di caffeina e il suo sapore non è aggressivo né legnoso, ma equilibrato, fragrante e morbido, con una nota amara delicata.

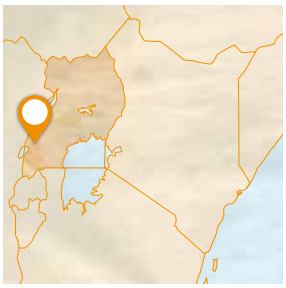
Il Presidio

Il Presidio è nato dalla collaborazione fra Fondazione Slow Food per la Biodiversità, IFAD (International Fund for Agricultural Development), Papac (Projeto de Apoio Pequena Agricultura Comercial) progetto nazionale per lo sviluppo agricolo e Cecafeb, la cooperativa dei produttori di caffè. Durante due missioni tecniche, la Fondazione Slow Food ha identificato e conosciuto un primo gruppo di produttori (una prima comunità di 12 famiglie di São Nicolau, nel distretto di Mé-Zochi) e, nei prossimi mesi, lavorerà per valorizzare gli sforzi dei contadini della zona più povera dell'isola, a Sud-Est, dove si trovano otto comunità di produttori: São Lourenço, Caridade, Santa Cecilia, Amparo Primeiro, São Paulo, São Francisco, Colonia Açoriana e São Manuel. Qui, la sfida è formare le famiglie a diventare dei veri produttori di caffè in grado di soddisfare, in futuro, le esigenze del mercato internazionale. Per arrivare a questo, un nuovo centro per il beneficio umido del caffè è stato costruito nel maggio del 2015 a Caridade, e altri due sono in progetto. Oltre all'appoggio tecnico, il Presidio intende valorizzare e promuovere sul mercato un caffè rimasto per troppo tempo nascosto nell'anonimato.

UGANDA

© Tripodphoto

Vacca Ankole dalle lunga corna



© Tripodphoto

La vacca ankole ha un mantello marrone scuro e lunghe corna bianche che si incurvano in fuori e poi rientrano, disegnando una specie di lira. è un animale imponente ed elegante, capace di percorrere lunghe distanze alla ricerca di pascoli e di acqua.
Ancora oggi ha un ruolo sacro nelle comunità, è figura materna, moneta di scambio, dote... Allevata nella Rift Valley, lungo il confine tra Uganda e Ruanda, in una striscia semi-arida detta "corridoio del bestiame", è una razza rustica e a duplice attitudine: carne e latte. Tradizionalmente, sono le donne a occuparsi della trasformazione del latte in yogurt o ghee.

Il Presidio

In Uganda e Ruanda, i governi sostengono l'allevamento di razze straniere più produttive. Di conseguenza, la razza ankole, sebbene più adatta al clima e al territorio, rischia di estinguersi. Un tempo le mandrie erano numerose (le vacche erano allevate in gruppi di almeno 100 animali, detti "amagana"), ma oggi è raro trovare una famiglia che arrivi ad avere 50 capi di razza pura, non incrociata. Avviato nel 2014, il Presidio lavora per arricchire i pascoli (introducendo soprattutto leguminose), migliorare la gestione degli animali dal punto di vista sanitario e rafforzare l'organizzazione degli allevatori, in modo che riescano a spuntare prezzi più equi. I 40 allevatori provenienti dal distretto di Mubende, nella subcontea di Kitenga, hanno discusso insieme i metodi di produzione della razza nell'area e redatto un protocollo con le linee guida. 14 donne esperte nella trasformazione del latte si stanno impegnando per promuovere prodotti di qualità sui mercati locali.

© Tripodphoto

VOCI INDIGENE A TERRA MADRE

Ska e la rivoluzione in cucina

Ska Mirriam Moteane, di professione cuoca, arriva dal Lesotho, un piccolo stato nel cuore del Sudafrica.
Nonostante la sua giovane età, 36 anni, ha alle spalle una brillante carriera e un consistente bagaglio di esperienze lavorative e umane: è un vulcano di idee e riesce a conciliare con intelligenza la sua idea di politica alimentare con il suo lavoro di cuoca e imprenditrice.

"Sono nata in Lesotho, ma prima dei 30 anni avevo lasciato il mio paese d'origine per il più ricco Sud Africa, e a Cape Town avevo trovato un bellissimo impiego come product developer in un'importante azienda alimentare.
Mi assegnarono questo lavoro grazie alle competenze che avevo acquisito studiando e lavorando come chef professionista, e ne ero felice, perché lo studio e l'analisi di prodotti nuovi mi aveva sempre interessata. Mi sembrava che si fosse avverato un sogno, ma poi nel 2009, improvvisamente, mia madre morì; capii che per me era arrivato il momento di ritornare e ritrovare il mio posto a casa mia".

Il Regno del Lesotho è un piccolo stato che conta appena due milioni di abitanti. Il territorio è impervio, in maggioranza costituito da alte montagne, caratteristica che gli vale il soprannome di "Regno nei cieli" e che lo rende diverso dai territori circostanti, con produzioni agricole e tradizioni alimentari particolari.

© Archivio Slow Food

"Con in mano il mio diploma in arti culinarie e alle spalle un po' di esperienza professionale decisi di avviare la mia azienda, la Ska's Kitchen Consultancy, che offre consulenza a operatori del settore alimentare e turistico in Lesotho. Fu iniziando questo nuovo lavoro che mi resi conto che c'era un vuoto di consapevolezza rispetto al nostro sistema alimentare. Questo mi portò a condurre alcune ricerche sugli ingredienti e le tecniche di cucina locale. Fu una ricerca fruttuosa, tanto che ne nacque un libro di raccolta di ricette tipiche che, devo dire, riscosse un discreto successo".

Incoraggiati dall'interesse che il suo libro aveva suscitato, Ska e alcuni amici decisero di fondare l'associazione FLAVA OF AFRICA, che ha come scopo quello di promuovere la conoscenza della cucina tradizionale e di promuovere un'alimentazione sana, ma soprattutto l'obiettivo di far riscoprire al pubblico l'importanza del rapporto con la terra, promuovendo progetti di orticoltura nelle scuole e di supporto gli agricoltori locali.

"Gli eventi e le iniziative dell'associazione cominciavano a essere conosciuti in tutto lo stato e nelle regioni vicine, e un giorno un commentatore postò sulla mia pagina Facebook un link al sito internet di Slow Food. Si era aperto un mondo: mi misi a leggere e capii subito che condividevamo una filosofia comune. Grazie alle mie ricerche, alle iniziative di Flava of Africa, e alla mia partecipazione all'ultimo Salone del Gusto e Terra Madre, ho capito appieno come il compito degli chef e dei cuochi sia anche quello di supportare i piccoli produttori locali che costudiscono la terra e i suoi frutti, senza i quali il nostro lavoro non sarebbe possibile. Il legame tra chi coltiva la materia prima e chi la trasforma non può spezzarsi, o si rischia di perdere un patrimonio di conoscenza che non sarà possibile recuperare".

La passione per una cucina che sia rispettosa del territorio e delle persone che lo abitano porta Ska ad applicare questa filosofia ai nuovi progetti che segue nel suo lavoro, passo dopo passo, come nel caso della MOTHERLAND GUEST HOUSE, un impianto turistico d'eccellenza della zona che, grazie alla sua consulenza, ora acquista le materie prime e gli ingredienti dai produttori locali adattando il menù alla stagionalità della loro offerta.

"La decisione di lasciare tutto per tornare a casa e ricominciare è stata la migliore della mia vita. Il mio lavoro, le iniziative che portiamo avanti e l'impegno con le comunità locali mi hanno dato la possibilità di conoscere persone e situazioni straordinarie. Capisco bene i problemi che gli agricoltori si trovano a dover fronteggiare ogni giorno, e sono convinta che sia arrivato il momento di vedere nascere una nuova cooperazione tra governi e settore privato per assicurarsi che i piccoli agricoltori locali possano sopravvivere. Non mi riferisco ad agevolazioni economiche e a sussidi, ma a un serio lavoro di educazione e sensibilizzazione delle persone circa l'importanza di utilizzare ingredienti freschi e prodotti localmente".

Ska Mirriam Moteane ha partecipato lo scorso ottobre a Terra Madre Giovani. Rappresentante della tribù Mosotho, del Lesotho, sarà presente anche a Terra Madre Salone del Gusto 2016. Durante la prossima edizione dell'evento le popolazioni indigene saranno rappresentate nelle conferenze, nei forum di Terra Madre e, con un programma specifico di eventi aperti al pubblico e di incontri dedicati ai lavori di rete, nello spazio Indigenous Terra Madre, nel Parco del Valentino.

A cura di
Martina Dotta, Serena Milano, Paola Roveglia

Con la collaborazione di
Andrea Amato, Valentina Bianco, Chiara Davico, Emanuele Dughera, Irene Marocco, Elisa Peirone – Slow Food
IFAD's Communications team

Progetto grafico e impaginazione
Alessia Paschetta

Stampa
La Stamperia – Carrù (Cn) – stampato su carta riciclata

© Marco Del Comune