

INDICE

PARTE PRIMA: MANGIARE È QUESTIONE DI REGOLE

Madre cucina	p. 9
Cucina e gastronomia	13
La commestibilità e le sue regole	15
Il puro e l'impuro a tavola	17
Caviale e lenticchie	23
Il pericolo numero uno	29
L'ordine alimentare	33
La cucina degli altri	35

PARTE SECONDA: IL GUSTO DEI SIMBOLI

Tra crudo e cotto	43
Fritto e mangiato	49
I cibi della memoria	51
Rituali da mangiare	53
Il lievito, il pane e i papaveri	59
E il naufragar m'è dolce in questo Mars	65
Il vegetarianesimo, ovvero il teorema di Pitagora	69

PARTE TERZA: DI TERRA...

Sculture d'olio	73
Dalla vergine all'extravergine	75
Cipolla, l'afrodisiaco democratico	77
Il pomo d'oro, da ornamento ad alimento	79
Il carciofo, un piacere spinoso	81
Colombo e la scoperta del peperone	83

Finocchi e infinocchiati	p. 85
La zuccina, un frutto immaturo	87
Zucche piene e teste vuote	89
Dove fioriscono i limoni	91
Il mandarino meraviglioso	93
Quante storie per una mela	95
L'albicocca, la giovinezza in un frutto	97
La magia delle noci	99

PARTE QUARTA: ... E DI MARE

Molluschi low cost	103
Magra come un'acciuga	105
Il quarto stato del mare	107
Il vescovo e il baccalà	109
Il polpo, un modello di furbizia	111

PARTE QUINTA: ITALIANS

Pizza, l'italiana più famosa del mondo	115
Il buongiorno si vede dal panino	117
Caffè, la modernità in tazza	119
Ma l'espresso è un'altra cosa	123
Maccarone, m'hai provocato. Scherzo strutturalista	125
Gli spaghetti di Caruso	129
Cotto, stracotto anzi ragù	131
Sapore di sale	133
Pasta fredda, la ricetta della libertà	137
Carnevale fa rima con maiale	139

I veri autori di questo libro	143
-------------------------------	-----

Bibliografia essenziale	147
-------------------------	-----

Indice dei nomi	153
-----------------	-----