
Il giorno del Ringraziamento al tempo del blog

Autore: Amanda Cima

Fonte: Città Nuova

Si celebra oggi negli Stati Uniti il Thanksgiving, una delle feste più sentite. Ma anche la tradizione si adatta ai tempi.

Avete mai provato il *tofurkey*? No, non cercatelo nel vocabolario prima di rispondere: probabilmente non troverete la traduzione. Perché il *tofurkey* è nientemeno che una delle bizzarre trovate americane per la più americana delle feste: il Thanksgiving, il giorno del ringraziamento. In un Paese in cui – colpa o merito dell'obesità dilagante e della campagna che ne segue – sono sempre di più non solo i vegetariani, ma addirittura i vegani (coloro che escludono dalla loro dieta tutti gli alimenti di origine animale, compresi latticini e uova), si pone infatti una questione spinosa: come conciliare una tradizione che risale ai leggendari padri pellegrini con i moderni regimi alimentari più o meno modaioli? La risposta la dà il tofu, la pasta di soia alternativa alla carne. In Italia non è facilissimo da trovare, ma negli Stati Uniti è diffuso già da anni. Per cui, ecco pronto una sorta di salsicciotto di tofu, che – almeno così si dice – inganna perfettamente il palato di tutti coloro che, pur non venendo meno ai loro principi di amore per gli animali, non vogliono rinunciare del tutto ai piatti tipici.

Ma il pranzo del Ringraziamento – un vero affare di stato in molte famiglie, che da costa a costa macinano chilometri per trovarsi insieme come a Natale – non si esaurisce al tacchino: la tradizione vuole infatti che questo sia accompagnato da una serie interminabile di *side dish*, contorni e simili. Non necessariamente esenti da carne. Ecco così che sui siti dei principali giornali americani compaiono blog e articoli che portano idee più o meno bizzarre non solo su come accontentare i vegetariani, ma anche su come affrontare l'organizzazione di un banchetto che consuma spesso molto più tempo ed energie di quanto si vorrebbe, o su come mettere in tavola un pasto "ecosostenibile". Per non parlare della miriade di ricette più o meno originali.

Il *San Francisco Chronicle*, tramite il blog di una mamma che ha visto la figlia di appena cinque anni fare la radicale scelta di non mangiare più carne "perché vuole troppo bene al suo gatto", fornisce un intero menù *meat-free*, libero da carne. Perché il problema non è solo il tacchino, ma anche la *gravy* - l'immane salsa a base di brodo di carne da accompagnare al puré di patate – senza la quale il Thanksgiving non è Thanksgiving. Eccola allora sostituita da una salsa a base di funghi, mentre la parte del tacchino la fa un roulé di lenticchie e castagne. Quella dell'imprescindibile *stuffing* – il goloso ripieno di pane, burro, spezie e sugo di carne – la fa un miscuglio di pane integrale, castagne, mele e una non meglio precisata "salsa vegana". Se non è chiaro, nessun problema: il sito fornisce anche i link ai siti di società di vegetariani buongustai, che spiegano nel dettaglio come preparare piatti sfiziosi senza torcere nemmeno una piuma agli amici tacchini.

A chi trema al solo pensiero di organizzare un pranzo per una miriade di parenti, viene in soccorso il *New York Times*. Che suggerisce di pensare al banchetto come un amministratore delegato

penserebbe alla sua azienda: ossia supervisionando ogni singola fase della lavorazione, ma delegando ai sottoposti, e tendendo soltanto al risultato finale. Meglio allora mandare una mail con una specifica ricetta da eseguire a tutti gli ospiti che desiderano contribuire al pranzo, senza dimenticarsi del controllo qualità – assaggiando ciascuna portata – prima di mettere in tavola. Per decidere il menu, è consigliabile avere in mente una “visione d’insieme”: tradizione o nouvelle cuisine? Il tutto anche in base a quelli che sono i principali *stakeholder* del pranzo, ossia agli ospiti che è prioritario accontentare: lasciare insoddisfatta la vecchia zia Mary potrebbe avere conseguenze ben più tragiche di fare uno sgarbo al nipotino che non trova in tavola il suo piatto preferito.

In tempi di emergenza climatica, meglio avere un occhio di riguardo anche per l’ambiente. A dare consigli per un Ringraziamento ecosostenibile ci pensa il *Washington Post*. Ottima la scelta del tacchino, il cui allevamento produce meno gas serra rispetto alle altre carni: 941 grammi per porzione, contro i 2319 del manzo. E fare attenzione alla linea aiuta anche il pianeta: uno *stuffing* vegetariano di funghi e castagne emette nell’atmosfera un quarto dei gas serra di uno di carne, così come una fetta della classica torta di mele rinunciando a panna e gelato riduce le emissioni da 557 a 395 grammi. Inutile precisare che è meglio comprare “a km zero”: via libera dunque agli ortaggi di stagione.

Comunque è bene non esagerare: come ricorda il *Washington Post*, ogni anno l’americano medio getta nella spazzatura il 14 per cento del cibo cucinato, per un valore di circa 590 dollari in una famiglia di quattro persone. Oltretutto, il banchetto del Thanksgiving apporta in media 4500 calorie, ossia più del doppio del necessario per un’intera giornata. In un Paese votato agli sprechi – persino il latte è venduto in bottiglie da un gallone, quasi quattro litri, finendo inevitabilmente per essere gettato via – che sta però vedendo il numero di poveri e senz’altro crescere notevolmente, un ridimensionamento non può che essere salutare. Sotto tutti i punti di vista.