



# scienza attiva®

## EDIZIONE 2015/2016

### AGRICOLTURA, ALIMENTAZIONE E SOSTENIBILITA'

***Produzione e consumo dei latticini in età premoderna, fra teorie mediche e pratiche quotidiane***

**Irma Naso**

***Università degli Studi di Torino, Centro studi di Storia dell'Alimentazione e della Cultura Medievale – CeSA***



*Documento di livello: A*

Un progetto di

  
agorà scienza  
centro interuniversitario



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TORINO



scienza attiva®

Nell'Europa medievale i prodotti caseari, ritenuti da sempre prodotti umili, erano spesso oggetto di valutazioni negative. Se l'opinione comune del tempo indicava il formaggio come semplice cibo di sussistenza, proprio della cultura alimentare dei contadini e adatto più al rozzo palato della misera gente che non all'elegante mensa dei ricchi, già nell'antichità taluni autori ne avevano avallato lo statuto di derrata plebea.

### UN CIBO CONTROVERSO TRA AMBIGUITÀ E DIFFIDENZA

L'immagine di tipico alimento 'rustico' era stata immortalata da celebri scrittori di agronomia e naturalisti di età classica, come Catone, Varrone, Columella, Plinio il Vecchio. D'altra parte il pensiero medico, da Ippocrate in poi attraverso Galeno, Avicenna, Averroè e altri studiosi, mostrava una generale diffidenza nei confronti di un cibo considerato indigesto e foriero di umori nocivi. Ancora i medici del tardo medioevo, pur non negandone in linea di massima l'elevato valore nutritivo, manifestavano al riguardo opinioni contrastanti e atteggiamenti ambigui, indubbiamente legati almeno in parte all'idea di 'volgarità' che il prodotto stesso richiama.

A destare obiezioni e riserve era però evidentemente anche l'enigma del processo di coagulazione da cui il formaggio ha origine, insieme al concetto di degenerazione della materia organica che esso inevitabilmente richiama con il suo aspetto talora marcescente, il sapore pungente e l'odore sgradevole, caratteristiche fra l'altro poco rassicuranti sotto il profilo igienico; senza contare che il cacio – come facilmente si intuisce dal suo stesso nome – deriva proprio dalla materia caseosa del latte, quella che la scienza del tempo giudicava come la più "cattiva" tra gli elementi che lo compongono.

Tuttavia a suscitare critiche e sospetti da parte della comunità scientifica erano soprattutto gli effetti del consumo dei latticini sul corpo umano. Giovanni Michele Savonarola, uno dei più autorevoli medici del Quattrocento, nel celebre trattato di dietetica riguardante *tutte le cosse che se magnano* scrive che il formaggio non è cibo salutare, essendo "opilativo, ventoso, generativo di... umori crudi". E Castor Durante da Gualdo, autore nel secolo successivo di un testo intitolato *Il tesoro della sanità*, aggiunge che il cacio è "pasto di dura digestione" che "ricerca un gagliardo stomaco, e si conviene a' giovani faticanti e non a' vecchi e oziosi".

In generale si attribuivano i peggiori nocimenti al prodotto stagionato e salato, talmente maligno da provocare calcoli renali e vescicali, costipazione, stati febbrili e altre infermità. Addirittura nel primo Seicento un medico tedesco, Johan Peter Lotichius, arrivò a concepire un'opera dall'eloquente titolo *De casei nequitia*, che è un vero e proprio processo al formaggio con sentenza di condanna, visto che il suo consumo pressoché esclusivo da parte di certe popolazioni alpine viene interpretato come un inequivocabile segno di 'inciviltà'.

A parte le molte perplessità intorno a un cibo in larga misura considerato deleterio per la salute umana, la cultura medica riteneva che solo un consumo attento e comunque moderato avrebbe potuto limitarne i danni per l'organismo umano. "Il cacio è sano se vien da scarsa mano" suona un aforisma della celebre Scuola salernitana, che aveva adottato la sobrietà come stile di vita e principale fonte di benessere. Era una prescrizione dietetica valida sempre, a prescindere dalle qualità del prodotto e dalle caratteristiche individuali del consumatore. Aspetti che la medicina prescientifica teneva in gran conto erano l'età, la costituzione fisica, o meglio – come allora si diceva – la complessione dell'individuo, lo stile

di vita e il tipo di attività svolta (che comporta ovviamente un diverso fabbisogno energetico), le consuetudini alimentari e persino gli stati emozionali, oltre ad alcuni fattori esterni, quali le variabili ambientali e climatiche; per non parlare delle particolari cautele da adottare in presenza di patologie conclamate.

### **FORMAGGIO PER LA FAME, FORMAGGIO PER LA GOLA**

Elemento specifico della dieta povera, fonte proteica a buon mercato per uomini rudi avvezzi a defatiganti lavori manuali, cibo frugale, il cacio è presente non solo nelle razioni giornaliere di braccianti e salariati agricoli, ma – grazie alla facilità di conservazione – rappresenta anche una riserva alimentare insostituibile per viaggiatori, pellegrini, soldati e marinai. Lo troviamo inoltre come ‘companatico’ per eccellenza nel pasto di quanti vanno mendicando alle porte di chiese e monasteri, così come nelle elemosine elargite “amore Dei” da istituzioni caritative, ma anche da privati generosi e desiderosi di salvarsi l’anima attraverso le loro donazioni in vita o con i propri lasciti testamentari.

A dispetto delle critiche medico-dietetiche, nella pratica quotidiana il formaggio risulta dunque un alimento molto diffuso e, a fronte della rigidità degli schemi ideologici, che – lo si è visto – gli attribuivano l’infamante immagine di volgarità, appare un cibo socialmente ‘trasversale’. Il ruolo che esso assume nei regimi alimentari dei vari ceti sociali risulta però profondamente diverso nei vari contesti. Presso la gente di modeste condizioni quella derrata rispondeva a esigenze vitali, in quanto sostituiva la ben più costosa carne. Fonte proteica di ripiego dunque, per necessità, ma non di rado anche per libera scelta, come nel caso di chi, fedele ai precetti alimentari imposti dalle norme religiose della dottrina cristiana, praticava l’astinenza dai prodotti carnei. Nonostante le regole ecclesiastiche maggiormente restrittive ne vietassero il consumo – come per le uova – nei giorni di più stretta osservanza del precetto dell’astinenza a motivo della sua origine animale, il formaggio rientrava abitualmente anche nella dieta dei monaci.

Per i ceti più abbienti il consumo di latticini rispondeva non tanto a esigenze nutritive essenziali, quanto piuttosto a inclinazioni di gusto: in questo caso la derrata diventava alimento accessorio, un capriccio della gola all’interno di una dieta molto varia e talora fin troppo ricca, una leccornia al pari della frutta cui del resto la medicina del tempo spesso tendeva ad abbinarlo. Un problema alquanto dibattuto dai dietologi del tempo era proprio l’associazione con altri alimenti, in particolare noci, mandorle, pere e mele, che si ritenevano capaci di ridurre gli effetti negativi per la salute umana.

Dall’ambito del quotidiano bisogno primario della nutrizione ci si sposta dunque alla sfera del puro piacere gastronomico. Tale processo prende corpo anche attraverso l’elaborazione culinaria: i ricettari di cucina destinati alle classi agiate ne prevedevano l’uso come ingrediente di alcune vivande, specialmente nel ripieno di torte e pasticci, in cui il cacio grattugiato o pestato trovava una certa ‘nobilitazione’ perdendo il proprio aspetto e anche molte delle qualità negative contrastate dall’associazione con altri alimenti. Importante si considerava anche il momento della giornata e anzi il pasto più opportuno per mangiarne: un dettaglio non proprio irrilevante secondo il parere dei medici, i quali discutevano se fosse preferibile gustarlo a inizio pasto, tra una portata e l’altra o appena prima di alzarsi da tavola.

Un prodotto simbolo di privazione e di rinuncia poteva diventare paradossalmente una leccornia raffinata, confermando così la propria funzione di cibo ‘universale’. Pantaleone da

Confienza, accademico e medico alla corte sabauda durante il XV secolo, nella *Summa lacticiniorum*, un'originale opera che rappresenta la più antica e per secoli l'insuperata trattazione scientifica sui derivati del latte, così scrive: "Personalmente ho visto re, tra i quali il cristianissimo Luigi re di Francia, innumerevoli duchi, conti, marchesi, baroni, nobili, mercanti, plebei di entrambi i sessi, i quali volentieri fanno uso di formaggio, ed esso sembra essere apprezzato da tutti".

L'area del privilegio si evidenziava essenzialmente per la qualità del prodotto. La povera gente, in campagna come in città, doveva accontentarsi di formaggi anonimi di produzione familiare o locale, se non di quelle forme giudicate difettose o scadente, come quelle con i "buchi" o a pasta troppo viscosa, che la clientela più esigente tendeva a scartare. I ricchi invece acquistavano le varietà più prestigiose, in particolare prodotti di importazione quali il celeberrimo parmigiano o piacentino, il pecorino prodotto in Toscana e in Romagna, conosciuto all'epoca come marzolino, e il brie, che era tra i più rinomati prodotti francesi. Ma signori e borghesi non disdegnavano neppure certi formaggi ad avanzata maturazione, quasi imputriditi, piccanti e *mordicativi*, dal sapore aggressivo, che la letteratura medica indicava come "formaggi dei poveri" per antonomasia, perché una piccola quantità poteva essere sufficiente ad accompagnare grosse fette di pane o a insaporire le pietanze facendo risparmiare sale e spezie, ingredienti ben più costosi.

#### **DAL MERCATO ALLA TAVOLA**

A partire dagli ultimi secoli del medioevo il grande consumo dei prodotti caseari in Europa è documentato innanzitutto dalla crescente importanza di formaggi e ricotte stagionate (dette *seracia* in area savoiaro-piemontese e *mascherpe* in area lombarda) come oggetto di scambi commerciali, sia a livello locale, sia a media distanza. I tariffari doganali del tardo medioevo, e anche della prima età moderna, mostrano come sulle strade d'Italia e attraverso i valichi alpini ne circolassero svariate qualità dalle diverse provenienze, già a partire dal Duecento. Le qualità più ricercate erano oggetto di commercializzazione anche su scala "internazionale" e viaggiavano lungo le principali arterie di traffico, raggiungendo i mercati cittadini, dove il loro prezzo era proporzionato al prestigio del prodotto. Il parmigiano, il marzolino e il brie, con il pecorino *sardesco*, e con il caciocavallo esportato dall'Italia meridionale e dalla Sicilia, finivano poi sulle tavole dei signori e dei ricchi mercanti. Nelle aree urbane ne andava del resto progressivamente aumentando la richiesta da parte dei ceti urbani più agiati che – grazie al migliorato potere d'acquisto – si stavano orientando verso una dieta ormai connotata dalla presenza di prodotti d'élite, lattieri e carni.

Nel tardo medioevo il formaggio si poteva acquistare in occasione dei mercati settimanali o alle fiere periodiche: in queste ultime veniva però venduto unicamente a forme intere. La vendita al dettaglio si effettuava nelle botteghe dei *formagerii*, i pizzicagnoli che smerciavano anche olio, carne secca e simili: la loro attività, come quella di altri negozianti, era regolamentata dagli statuti locali e in alcune città dell'Italia centro-settentrionale la loro presenza poteva essere così significativa da giustificare, almeno dal Trecento in poi, l'organizzazione in associazioni corporative o paratici. Inoltre in qualche caso i prodotti caseari erano inclusi tra le vettovaglie di prima necessità soggette al calmiere e al blocco delle esportazioni: un dato che mostra inequivocabilmente come si trattasse di un alimento considerato fondamentale per il vitto quotidiano.

#### **LA LAVORAZIONE DEL LATTE**

Pionieri della nuova “industria” casearia medievale (dopo il declino della fiorente produzione di epoca classica) furono i monaci benedettini, certosini e soprattutto i cistercensi. La trasformazione del latte rappresentava infatti una voce importante dell’economia monastica del tempo, come mostrano fra l’altro alcuni prodotti che ancora oggi mantengono l’indicazione toponimica dell’abbazia che originariamente li produceva.

La preparazione del formaggio era regolata da conoscenze empiriche tramandate da secoli e alla fine del medioevo la si effettuava a vari livelli. Nell’economia di transumanza la lavorazione del latte era di competenza dei pastori e dei malgari, che durante tutta l’estate fabbricavano formaggi negli alpeggi per smerciarli poi nelle località di fondovalle, come dimostrano inedite testimonianze offerte ancora una volta da Pantaleone da Confienza.

Nelle piccole aziende rurali di collina o di pianura l’operazione si effettuava invece in ambito domestico ed erano le donne a occuparsene all’interno di una economia di sussistenza. Le quantità di latte munto giornalmente da un numero di bestie per lo più sparute, di specie diverse ma con una netta prevalenza di ovini, erano in genere modeste, per cui si ricavano quantitativi ridotti di caciotte, caratterizzate per l’appunto dalla piccola pezzatura. La trasformazione del latte era una delle attività tipiche di ogni casa contadina, con una produzione che – oltre a essere quantitativamente ridotta – era anche assai discontinua e di qualità alquanto difforme, destinata in prevalenza all’autoconsumo. Non mancavano tuttavia aree, per esempio le colline delle Langhe e del Monferrato, dove la produzione delle cosiddette robiole – secondo la terminologia di Pantaleone – era relativamente abbondante e raggiungeva anche standard qualitativi mediamente abbastanza elevati, alimentando un discreto movimento commerciale in ambito regionale.

Nelle grandi proprietà fondiarie di pianura, specie nelle basse valli e nelle praterie irrigue dei grandi fiumi e al qua e al di là della catena alpina, dove dal tardo Trecento in poi l’allevamento bovino – ormai praticato in modo intensivo – conosce un crescente sviluppo grazie anche alla maggiore disponibilità di foraggio, si andava infine affermando una produzione casearia non solo innovativa, ma anche sempre più abbondante e qualificata. Nelle regioni continentali la produzione di formaggi vaccini tendeva a soppiantare i tradizionali prodotti a base di latte ovino fino ad allora prevalenti in tutta Europa, tanto che da sempre quando si parlava di cacio si intendeva esclusivamente quello di pecora. L’egemonia del pecorino continuava comunque prevalentemente nell’area mediterranea, in relazione alle caratteristiche dell’attività allevatoria e della pastorizia.

In alta Italia, principalmente nel territorio piacentino, parmense e lodigiano, ma anche nell’area milanese, novarese e vercellese, casari altamente specializzati, gelosi custodi dei segreti della loro arte, erano capaci di lavorare le enormi quantità di latte prodotto quotidianamente dalle cospicue mandrie delle pianure locali. Nascevano così quelle gigantesche forme che erano poi oggetto di attente cure durante il lungo periodo di stagionatura. Si trattava di un lavoro da uomini nerboruti, esperti nel dosare il caglio e nel manipolare l’imponente massa coagulata che veniva successivamente sistemata su tavole di legno in appositi magazzini ben aerati. I mutamenti in campo allevatorio e la conseguente sostituzione – a livello di produzione e quindi di consumi – dei derivati dal latte di pecora con quelli vaccini si avvertono anche nella manualistica dietetica del tempo. Proprio a questi ultimi gli autori dedicano uno spazio sempre maggiore ribaltando talora principi dietetici che sembravano assolutamente consolidati; e lo stesso Pantaleone riconosce un ruolo preminente ai formaggi preparati con latte di mucca, che nella sua opera rappresentano la maggioranza di quelli catalogati e descritti.

## PRODUZIONE CASEARIA E IDENTITÀ TERRITORIALI LUNGO LE STRADE D'EUROPA

Negli ultimi secoli del medioevo in Occidente si fabbricava un'infinita varietà di formaggi. Ogni regione aveva i suoi prodotti tradizionali, ma nessuna eguagliava la Francia, secondo Pantaleone da Confienza che aveva molto viaggiato attraverso le contrade d'Europa al seguito del duca Ludovico di Savoia e per compiere missioni diplomatiche. Dall'Italia centro-settentrionale alle vallate di montagna, sui due versanti delle Alpi, il *gran tour* caseario del medico vercellese si snoda attraverso la Francia con i suoi numerosi prodotti di grande pregio, fino alla Bretagna e alle Fiandre, che – insieme ai territori elvetici – erano “terre da burro” e perciò con una produzione casearia qualitativamente assai modesta, a causa della eccessiva scrematura del latte poi destinato a ricavare formaggio, che di conseguenza presentava una modesta percentuale di materia grassa. Non manca un accenno ai formaggi inglesi che all'epoca erano oggetto di esportazione e varcavano la Manica giungendo al mercato di Anversa, dove lo stesso Pantaleone li aveva notati e giudicati di ottima qualità.

La curiosità intellettuale aveva portato il nostro medico a osservare attentamente tecniche casearie e metodi di stagionatura, risultato di un patrimonio di saperi arcaici non codificati: le sue sono informazioni delle quali non rimane traccia in altre fonti coeve, poiché appartengono al mondo delle culture marginali solitamente ignorate dalla scienza togata. L'attenzione dell'autore del *Trattato dei latticini* è rivolta a indagare gli aspetti qualitativi e i caratteri organolettici di ogni singola produzione da lui conosciuta, esplorandone forma, caratteri della crosta, colore e consistenza della pasta, odore, sapore, senza trascurarne i consumi che individua come espressione di identità culturali: una completezza di indagine che fa di quel medico viaggiatore un vero pioniere della ricerca casearia e del suo libro una fonte unica e preziosissima per tracciare una geografia dei formaggi dell'Europa premoderna.

IRMA NASO - *Docente di storia medievale all'Università degli Studi di Torino*