

“

Un testo brillante che si rivolge agli appassionati, agli studiosi e ai professionisti del mestiere dell'accoglienza, che caratterizza il genere umano sin dall'antichità e che costituisce oggi materia di studio per chi si prende cura dell'altro.

”

## Ospitalità *A way of life*

Mattia Cicognani



MARETTI  
EDITORE

IT / EN

MARETTI  
EDITORE

marettimanfredi.it



Amazon, Ibs  
Hoepli, La Feltrinelli  
Webster, Mondadori  
e nelle migliori librerie  
anche su prenotazione

# CUCINIAMO RACCONTANDO IL MONDO

VIBRANO



È la missione di LAC, Laboratorio di Antropologia del Cibo nato dall'intuizione di Giulia Ubaldi. Perché qui, nel cuore di Giambellino, ci si nutre di sapori e saperi

**M**ille parole al secondo e un entusiasmo effetto vitamina. Giulia Ubaldi mi racconta il suo progetto tutto d'un fiato, con la passione scoppiettante di chi sta facendo proprio quello che voleva fare. Trentadue anni, milanese, ha varato da poco più di un anno LAC - Laboratorio di Antropologia del Cibo, un nuovo concetto di scuola di cucina che fa rima con cultura internazionale, nel cuore del Giambellino. «Avevo bisogno di un posto fisico in cui travasare le esperienze fatte negli anni incontrando tante persone di diversi Paesi e scoprendo il contatto diretto con la terra». Già, la terra e le sue meraviglie. Dopo la laurea in Antropologia Culturale e Visiva a Siena, Giulia fa una vacanza in Cilento e si innamora dei prodotti e della cucina locale. Decide di trasferirsi e apre un'azienda agricola con il compagno. «Era il 2014. Producevamo zafferano, arance e salumi e avevamo anche un B&B. L'azienda si chiama Zafferano in Pittari, oggi la conduce il mio ex fidanzato. Io, dopo due anni, sono tornata a Milano». Qui inizia a insegnare Educazione al gusto, Antropologia

di Chiara Corridori  
foto di Francesco Bedini,  
Emanuela Colombo  
e Stefano Triulzi



L'11 settembre 2021, Giulia Ubaldi e trenta cuochi da tutto il mondo si sono riuniti in questo scatto iconico per dare il via a LAC. Un anno dopo, è un successo

«LAC NON È  
PROPRIAMENTE UNA  
SCUOLA DI CUCINA  
E NON È NEMMENO  
UN RISTORANTE,  
MA UN FORMAT  
ESPERENZIALE.  
I CUOCHI RACCONTANO  
DI SÉ E DEL PROPRIO  
VISSUTO OLTRE CHE  
DEI PIATTI CUCINATI  
IN DIRETTA»

culturale e Antropologia del cibo. Parallelamente si concentra sulla scrittura. Nei suoi testi racconta storie di cibo e di persone incontrate in Italia e all'estero. Scrive e incontra, incontra e scrive. Dopo il primo lockdown le manca il rapporto con la terra e riparte. Va a raccogliere le olive in Liguria dai fratelli Roggerone e a vendemmiare da Marco Felluga. A Lecce, nella Masseria Ospitale, si occupa dell'orto e di tutto ciò che c'è da fare.

«Per me il rapporto con il cibo è nato dall'attività in campagna, dal contatto con le materie prime. È ciò di cui mi sono innamorata. Sentivo che mi mancava questa parte pratica». Poi, a un certo punto, le viene in mente di attingere al suo patrimonio di conoscenze, testimoniato da quasi 700 articoli di giornale. Obiettivo: animare un posto tutto suo, dedicato alle sue passioni. L'idea le frullava in testa già da un po', quando si imbatte in Migrateful. «È un progetto londinese che organizza corsi di cucina tenuti da rifugiati, migranti e richiedenti asilo da tutto il mondo con la missione sociale di supportarne e favorirne l'integrazione. Ne ho letto e ho subito voluto contattare la sua fondatrice, Jess Thompson, per scrivere un articolo». La chiacchierata "unisce i puntini". Giulia mette a fuoco il suo intento e, nel giro di un mese, ogni pezzo compone il puzzle della nuova avventura: un luogo speciale dove tenere corsi di cucina e, attraverso il cibo, fare cultura. «Migrateful mi ha affascinata e ispirata, ma non pensavo a un progetto sociale, bensì antropologico e culturale. Una volta deciso, tutto è andato come doveva andare. Una cosa si è incastrata nell'altra e, in poco tempo, ho trovato l'immobile per LAC. Quindi ho intercettato online la cucina che volevo: una Barthel».

Sull'indirizzo Giulia non ha mai avuto dubbi. Vede (più che altro per curiosità) anche altri posti in zone più centrali, poi sceglie il suo Giambellino. «È il mio quartiere del cuore. Sono cresciuta qui. Mi piace da morire perché io sono un po' l'opposto di tutto quello che è moda e il Giambellino "di moda" non lo è affatto. È rimasto così com'è, vero, autentico, non è riuscito a darsi quel tono un po' fighetto di altre zone. Non è bello, ma ha un'atmosfera particolare. Mi fa tenerezza, il Giambellino». La sede di LAC è un seminterrato di un edificio che negli anni '60 era un laboratorio e poi, prima di appartenere a Giulia, uno studio di fotografia e di grafica. «Ho solo ridipinto le pareti

Il Zerezhk Polo è un piatto a base di riso realizzato con le rossissime bacche di crespino, solitamente accompagnato da pollo allo zafferano. Qui le bacche in lavorazione, per un grande piatto della cultura iraniana



e l'ho riempito delle cose che mi piacciono». Tipo la parete tappezzata di pentole di tutte le misure, incluse quelle "tipiche" usate dai cuochi-insegnanti per preparare i piatti dei loro Paesi. «Ho un po' il pallino per i dettagli». Vero. Di fronte al laboratorio Giulia ha un box che ha trasformato in biblioteca. Chiunque ha portato libri che non voleva più, ci sono delle sedute, una scrivania. Un altro tributo al quartiere. «Si è sparsa la voce e vengono in tanti. Si mettono a leggere, prendono libri, li portano. Il martedì contribuisce al mercato dei contadini dell'Alveare con i produttori di frutta e verdura. Quando è arrivata la targa era sbagliata: riportava la scritta Biblioteca di condomino, anziché di quartiere. Ma io non volevo che le persone pensassero che lo spazio fosse accessibile solo a chi era della casa. Così l'ho fatta rifare». Nei mesi prima del varo di LAC, tantissime prove: pranzi e cene con lezioni tra amici, parenti, gente della zona per ingranare la marcia giusta.

«L'idea iniziale era due ore di cucina tecnica seguite da una parte conviviale dove mangiare tutti insieme. Per questo, dalla cuoca armena a quella nepalese e di tanti altri luoghi, ho richiamato le persone di cui avevo scritto negli anni, chiedendo loro di insegnare qui. Tra chi se l'è sentita o meno e chi era adatto o meno al nuovo ruolo, ho formato la squadra. Fin dal primo test si è dimostrato però impossibile procedere con le due ore tecniche. Attorno al grande tavolo si creava subito un'atmosfera conviviale e attendere due ore prima di mangiare era troppo. Volevo che tutta l'esperienza fosse pia-

cevole e quindi ho cambiato un po' il format. Oggi fin dall'inizio si mangia e si beve qualcosa. Si mangia mentre si cucina, si chiacchiera, ci si racconta. Chi vuole aiuta a fare gli step delle ricette, chi non vuole assiste. LAC non è propriamente una scuola di cucina e non è nemmeno un ristorante, ma un format esperenziale. I cuochi raccontano di sé e del proprio vissuto oltre che dei piatti cucinati in diretta». Gli chef coinvolti in LAC sono 35: 24 (di 24 Paesi diversi) sono resident, ossia presenti un giorno fisso al mese. Gli altri entrano in gioco in base alle richieste. Non tutti sono professionisti. Tra loro cantanti, ingegneri, farmacisti, psicologi. Alcuni sono in Italia da tanto, altri da poco. Qualcuno è nato qui, qualcuno è arrivato da adulto. Li accomuna la passione per la tavola e la bravura in cucina. L'amore per i gesti che hanno visto fare sin da bambini tra pentole e fornelli. Il giovedì sera è di scena Shaghayegh con il corso *I patti dell'antica Persia*: 41 anni, nata e cresciuta a Teheran, dopo l'università è venuta in Italia per un master; nel 2013 ha avviato prima un caffè e poi il ristorante Papavero di Bergamo, che è la traduzione del suo nome in italiano.

L'isola di cucina, che fa da maxi tavolo, piano piano si anima. Arrivano due coppie di professionisti in pensione, Mara, terapeuta alimentare, con le sue gemelle di 13 anni, Margherita e Angelica, Alberto, un giovane collega, un gruppo di ragazzi appassionati. Tempo cinque minuti, un calice di vino in mano ed è come essere a casa di amici. Giulia ci racconta cos'è LAC. Accanto Astou, cuoca senegalese. Lei c'è sempre. Tiene un suo corso e fa da as-



Il giovedì sera è di scena Shaghayegh con il corso "I piatti dell'antica Persia". Shaghayegh ha amici e parenti in Iran, il fratello ogni giorno scende in piazza a manifestare e ne è profondamente orgogliosa. Va nei licei per sensibilizzare le giovani generazioni. L'Iran è al centro delle conversazioni e piano piano si materializzano i suoi sapori e i profumi tra i piatti



«L'IDEA INIZIALE ERA DUE ORE DI CUCINA TECNICA, MA FIN DAL PRIMO TEST SI È DIMOSTRATO IMPOSSIBILE: ATTORNO AL GRANDE TAVOLO SI CREAVA SUBITO UN'ATMOSFERA CONVIVIALE E ATTENDERE DUE ORE PRIMA DI MANGIARE ERA TROPPO»



sistente a tutti gli chef. È il braccio destro di Giulia, con lei ha un legame speciale, di sorellanza. Shaghayegh inizia a parlare, ma le si incrina la voce: «In genere amo raccontare le meraviglie della mia terra mentre cucino qui, ma quello che sta accadendo da noi è una vera tragedia». Riesce a recuperare il suo sorriso dolcissimo e al tavolo scatta il super potere del cibo: che accomuna, unisce. E conforta. Ognuno fa domande, vuole sapere.

Shaghayegh ha amici e parenti in Iran, il fratello ogni giorno scende in piazza a manifestare e ne è profondamente orgogliosa. Lei da qui partecipa a manifestazioni e ne organizza personalmente a Bergamo. Va nei licei per sensibilizzare le giovani generazioni. L'Iran è al centro delle conversazioni e piano piano si materializzano i suoi sapori e i profumi tra i piatti. Al centro il polo. Il riso con le spezie: re zafferano, in primis, con mandorle, pistacchi e pollo. Con il crispino. Cos'è? È una pianta che produce bacche. Shaghayegh le fa gonfiare con un filo d'olio in una pentola. Poi le mette sul riso. «Giocano un ruolo importante nel piatto: gli conferiscono un particolare sapore agrodolce». Ad ogni ingrediente scattano curiosità. Ci si ciba di saperi oltre che di sapori. Di sintonie, con la complicità alchemica della cucina. Guardo dall'altra parte del tavolo Giulia. Gli occhi le brillano, come quando mi ha raccontato la sua storia. È felice, anche se stanca. Ha messo in piedi tutto da sola. A fine mese ci sono bollette, fatture e stipendi da pagare. E la sua è un'attività individuale. Ma LAC funziona e ogni serata è una piccola magia. Da tenere accesa.

PRODUZIONE ITALIANA IN ALTA QUOTA  
1030  
**STRAMPELLI**  
PRIMO PASTIFICIO IN  
**AMATRICE**

*Grano duro 100% Italia*



*Nel cuore dell'Italia dove è nato il piatto di pasta più famoso al mondo la "AMATRICIANA"*

Primo Pastificio nella storia di Amatrice posizionato a 1030 mt. s.l.m. nel Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga: il più alto d'Europa.

Produzione artigianale di pasta di semola di grano duro 100% italiano, con acqua purissima delle vicini sorgenti, trafilata al bronzo, essiccata lentamente a bassa temperatura.

Quattro formati tipici del territorio. Perfetta tenuta della cottura ed alta digeribilità.

Tipicità della lavorazione artigianale ad archetto per spaghetti e bucatini.

Prodotto con riconoscimento De.Co. (Denominazione Comunale) del Comune di Amatrice che ne ha avvalorato la tipicità, gli ingredienti e la lavorazione artigianale.



**Scopri il nostro mondo**

Vai sul sito [www.pastificiostrampelli.it](http://www.pastificiostrampelli.it), scegli i prodotti da acquistare e inserisci il codice **PERTE10**, ti abbiamo riservato uno sconto del 10%

