

BIBLIOGRAFIA sul tema ALIMENTAZIONE e SOSTENIBILITA' AMBIENTALE

Vi presentiamo qui alcuni libri, saggi o siti che affrontano la tematica della correlazione tra il cibo, il suo consumo e la sua produzione e l'ambiente, la salute e la sostenibilità. Con questa lista non vogliamo sostenere le opinioni degli autori, né suggerire scelte o comportamenti ma solo presentare una panoramica non esaustiva di ciò che possiamo trovare in libreria e sul web: degli strumenti di approfondimento che possono aiutare chiunque voglia utilizzarli, ad avere informazioni, elaborare pensieri ed opinioni personali.

LIBRI

DIZIONARIO DEI SAPORI PERDUTI di Alberto Mora, Elena Mora, Cairo Publishing, 2014

Il libro propone una panoramica dei "sapori di una volta", prodotti semplici e di stagione. Mette in fila dalla A di acqua alla Z di zucchine tanti sapori perduti o, magari, ripescati per moda. Pagine leggere e profumate di malinconia per rivedere la pentola poggiata a sobbollire in un angolo della cucina economica e risentire il grido del gelataio che, sul suo baracchino a due ruote, si presentava puntuale la domenica pomeriggio con i suoi due deliziosi gusti, e non uno di più

IL LIBRO VERDE DELLO SPRECO IN ITALIA: L'ENERGIA. di A. Segré e Matteo Vittuari, Edizioni Ambiente, 2011

Quando consideriamo gli sprechi di energia, alla maggior parte di noi vengono in mente lo standby degli elettrodomestici o le lampadine a basso consumo. In pochi pensano al cibo come possibile causa di inefficienze. In realtà, il settore agroalimentare consuma e spreca enormi quantità di energia, anche per smaltire quegli scarti che con tanta indifferenza prendiamo dalla tavola e buttiamo nella pattumiera.

Nel 2010, la produzione agricola lasciata nei campi del nostro paese sarebbe bastata a riscaldare 400.000 appartamenti di classe A da 100 metri quadrati per un anno intero. Questo singolo dato basta a dare la misura delle inefficienze e degli sprechi del nostro sistema agroalimentare, e allo stesso tempo evidenzia la quantità di risorse di cui potremmo disporre anche dal punto di vista energetico e che, follemente, continuiamo a non sfruttare.

IL LIBRO NERO DELLO SPRECO IN ITALIA di A. Segré, Edizioni Ambiente, 2011

Dal 1974 a oggi lo spreco alimentare nel mondo è aumentato del 50%. Il 40% del cibo prodotto negli Stati Uniti viene gettato. In Gran Bretagna si buttano tra i rifiuti 6,7 milioni di tonnellate di cibo ancora perfettamente consumabile, per un costo annuale di 10 miliardi di sterline. In Svezia in media ogni famiglia getta via il 25% del cibo acquistato. E in Italia, ogni anno, prima che il cibo giunga nei nostri piatti, se ne perde una quantità che potrebbe soddisfare i fabbisogni alimentari per l'intero anno di tre quarti della popolazione italiana, vale a dire di 44.472.914 abitanti. Lo spreco alimentare è stato per troppo tempo sottostimato, poco indagato e poco documentato. Solo negli ultimi anni, complici la persistente crisi economica globale e il crescente allarme per il cambiamento climatico, si è acuita l'attenzione per questo problema.

IL METODO SPRECO ZERO di A. Segré, 2019

A tutti noi dispiace sprecare il cibo. Ogni giorno però ne buttiamo 100 grammi a testa, che diventano 37 chili pro capite e 85 a famiglia ogni anno: un valore per ogni nucleo familiare pari a 450 euro, ma anche un costo per smaltire i rifiuti e un peso sull'ambiente sempre meno giustificabile. È possibile evitare questo inutile sperpero e risparmiare? Sì, e gli accorgimenti per farlo sono alla portata di tutti: basta leggere questo libro. Pieno di informazioni e consigli, il testo – frutto di anni di ricerca dell'autore – parte dalla compilazione di un "diario dello spreco", in cui registrare gli alimenti buttati ogni giorno per ogni pasto, per capire i nostri errori, liberarci dalle cattive abitudini e iniziare la nostra "rivoluzione alimentare". In pochi passaggi impareremo a fare la spesa in modo intelligente e mirato, senza rincorrere facili e ingannevoli promesse del marketing; a conoscere a fondo il nostro frigorifero, organizzandolo al meglio per la conservazione dei cibi; a leggere le scadenze riportate sulle confezioni e a usare gli imballaggi in modo utile; a fare l'orto in casa; a evitare del tutto gli avanzi, dando agli ingredienti considerati "scarti" una nuova vita attraverso ricette magiche. Perché non sprecare cibo può cambiarci la vita e salvare davvero il nostro pianeta.

IL CONTRASTO ALLO SPRECO ALIMENTARE TRA ECONOMIA SOCIALE ED ECONOMIA CIRCOLARE di M. Musella e F. Verneau, 2017

Lo spreco alimentare è uno scandalo: si manda nelle discariche una enorme quantità di cibo mentre la fame e la povertà alimentare continuano a generare morti e sofferenze non solo in lontani angoli del mondo, ma anche nei nostri paesi cd. avanzati. Il libro presenta i risultati di una ricerca sul tema dello spreco alimentare e del suo impatto ambientale, ma anche della potenziale attuazione di politiche di riduzione dello spreco abbinata alla lotta alla fame e alla povertà alimentare.

SPRECHI ALIMENTARI: UNA PROSPETTIVA MULTIDISCIPLINARE di E. Varese, 2015

La monografia offre una panoramica multidisciplinare sullo spreco alimentare. Sono presentati contributi sull'argomento di diversi studiosi (merceologi, tecnologi alimentari, statistici e sociologi) che, grazie alle loro specifiche competenze, concorrono a delineare lo scenario in cui consumatori ed imprese si trovano ad agire. Filo conduttore è l'individuazione di strumenti e di strategie che gli operatori del settore alimentare ed i consumatori possono mettere in atto al fine di contenere lo spreco. Obiettivo dello studio, quindi, non è tanto quello di individuare modalità di gestione dello spreco alimentare una volta che questo si è creato, ma di proporre spunti di riflessione su come questo possa essere prevenuto.

EATING PLANET. CIBO E SOSTENIBILITA' di Barilla Center for Food and Nutrition, Edizioni Ambiente, 2012

"Eating Planet" rappresenta le proposte del Barilla Center for Food & Nutrition per vincere la sfida della sostenibilità del sistema agroalimentare globale. Si tratta di uno scenario complesso, caratterizzato da tre paradossi – lo spreco di cibo, la coesistenza di malnutrizione e obesità, le distorsioni nell'uso delle risorse – a cui è urgente dare risposta.

SPRECO ALIMENTARE. REGOLE E LIMITI NELLA TRANSIZIONE VERSO MODELLI AGROALIMENTARI SOSTENIBILI di G. Maccioni G. Giappichelli Editore, 2018

Di fronte all'incredibile paradosso dello spreco di più di un miliardo di tonnellate di cibo al giorno, il dibattito sulla regolazione dello spreco alimentare risulta frequentemente circoscritto e limitato negli ambiti di una logica di lotta alla fame ed alla povertà. Peraltro, nell'UE manca ancora una definizione condivisa di "spreco" ed emergono diverse incertezze su alcuni concetti frequentemente usati in modo atecnico, indistintamente, che dovrebbero essere chiariti, come quelli relativi alla differenza tra "spreco alimentare" e "rifiuto alimentare", oppure tra "recupero", "riciclaggio", "end of waste", "sottoprodotto" ed altri ancora. Ciò richiede di affrontare un percorso di analisi e di lettura che poggi su strategie regolamentari e di governance, si snoda tra diritto sopranazionale e nazionale, si avvale del contributo della giurisprudenza, mettendo in evidenza l'intreccio e la molteplicità di interessi, le ricadute e le prospettive che si stanno affermando e consolidando nell'ottica della sussidiarietà, in un complesso ed articolato processo di transizione verso modelli agroalimentari sostenibili.

RAPPORTO SUGLI SPRECHI ALIMENTARI di E. Bettini

Il 3-4 marzo 2017 il Centro Incontri Diplomatici ha organizzato, in partnership con la Fe.N.Co., un congresso internazionale sugli sprechi alimentari allo scopo di creare un focus sulla situazione mondiale. All'evento hanno aderito trentacinque rappresentanze diplomatiche, l'Università Bicocca di Milano, l'Università Cattolica del Sacro Cuore, la Federazione Nazionale Consoli, l'Agenzia Italiana per la Cooperazione allo Sviluppo e il Milan Center for Food Law and Policy. Dal forum ne è uscito uno spaccato diversificato per area geografica sul quale è bene riflettere. Il rapporto propone la pubblicazione degli atti raccolti in alcuni interventi significativi, rispettando le suddivisioni territoriali.

LO SPRECO ALIMENTARE. UN PROBLEMA DA AFFRONTARE SECONDO SCIENZA E COSCIENZA, Giambra Editore, 2019

Attraverso la stesura di questo testo, gli autori si propongono l'obiettivo di offrire un personale contributo all'educazione ad una corretta conservazione degli alimenti, orientando i lettori, in primo luogo, verso un consumo oculato e responsabile degli stessi (anche, e soprattutto, nel periodo immediatamente successivo alla data di scadenza) e, in secondo luogo, verso la valorizzazione della risorsa cibo, intesa come minimizzazione del problema scarti. Tale obiettivo va perseguito contestualizzando i contenuti trattati nello scenario caratteristico dell'alimentazione di tipo mediterraneo, la cui fama ha già varcato gli ampi confini di questo mare, divenendo in ogni parte del mondo sinonimo di qualità, bontà e salubrità.

IL BUONO DEGLI AVANZI. 130 RICETTE CONTRO LO SPRECO ALIMENTARE, di Doris Converso, Graphot, 2018

Prima di metterci ai fornelli dobbiamo pensare che non è sempre necessario uscire di casa e fare la spesa: nella nostra dispensa e nel nostro frigorifero possiamo trovare tutto quello di cui abbiamo bisogno per realizzare piatti gustosi, nutrienti ed economici. In questo libro sono raccolte ricette semplici, fantasiose e tradizionali per usare e valorizzare al meglio gli avanzi e gli ingredienti a volte acquistati da alcuni giorni, ma che da soli non comporrebbero un piatto. Ecco il gusto di una cucina senza sprechi!

IL CIBO PERFETTO. AZIENDE, CONSUMATORI E IMPATTO AMBIENTALE DEL CIBO, di Massimo Marino, Carlo Alberto Pratesi, Edizioni Ambiente, 2015

Chi inquina di più: l'insalata in busta o quella fresca? Sotto il profilo ambientale, sono meglio le galline allevate all'aperto o quelle in gabbia? E siamo sicuri che i prodotti a KM 0 abbiano sempre gli impatti più ridotti? E la carne, quale scegliere se vogliamo alleggerire la nostra impronta sul pianeta? E che dire del cibo biologico? E gli OGM? Ogni giorno ci facciamo domande come queste, e spesso le risposte a cui arriviamo sono basate su dati parziali o inesatti. Scritto da uno specialista di valutazione del ciclo di vita dei prodotti e da un esperto di marketing, *Il cibo perfetto* fa chiarezza in un settore in cui il dibattito spesso assomiglia a una guerra ideologica tra schieramenti opposti. Gli autori analizzano con la metodologia lca tutte le fasi di produzione degli alimenti – in campo o negli allevamenti, trasformazione industriale, confezionamento, distribuzione e consumo – e ne definiscono in modo scientificamente rigoroso gli impatti ambientali. Anche se la cosa può scontentare qualcuno, non esistono ricette facili, e ogni scelta alimentare ha conseguenze complesse, con vantaggi e controindicazioni tanto per noi – come individui consumatori e come parte di una collettività – quanto per l'ambiente.

ALIMENTAZIONE SOSTENIBILE TRA PRESENTE E FUTURO. RISPETTO PER LA TERRA E RISCOPERTA DEL CIBO DI QUALITÀ' di Francesca Schiavone, Aldenia Edizioni, 2018

Il tema dell'alimentazione sta acquisendo sempre maggiore rilevanza. Da un lato si sente la necessità di una alimentazione sana ed equilibrata e dall'altro emerge il bisogno di una sempre maggiore sostenibilità nella produzione degli alimenti. Un'alimentazione sostenibile prevede, per definizione, il consumo di cibo nutrizionalmente sano, con una bassa impronta in termini di uso di suolo e di risorse idriche impiegate, con basse emissioni di carbonio e azoto. La buona qualità del cibo che mangiamo è indispensabile per il mantenimento dello stato di salute, ma altrettanto indispensabile sono il rispetto per la terra e le buone pratiche di produzione. Serve quindi un'agricoltura attenta e consapevole che allo stesso tempo può svolgere un importante ruolo di tutela e valorizzazione dell'ambiente, della biodiversità, del territorio e della sua vivibilità. Una delle grandi sfide dell'umanità è pertanto quella di nutrire una popolazione in costante crescita senza danneggiare l'ambiente, al fine di preservare le risorse anche per le generazioni future.

TERRA MADRE di Carlo Petrini, Giunti, 2009

Nel sistema agro-alimentare industriale che domina il Pianeta, il cibo è diventato una merce come tutte le altre, il cui prezzo è stabilito da regole di mercato disumane, senza badare alla qualità e senza rispettare chi lo produce. In questo mondo di valori capovolti, è il cibo che ci mangia: un cibo omologato, seriale, globale e poco naturale che inquina la Terra, dal campo al nostro stomaco.

Per non essere più mangiati dal cibo, Carlo Petrini in questo libro propone un'alleanza tra chi lo produce e chi poi lo mette in pancia: tra tutti coloro che nel mondo ne riconoscono il grande valore politico, economico e culturale.

LA CUCINA A IMPATTO QUASI ZERO. SCARTI, AVANZI E GUSTOSE RICETTE, di Lisa Casali, Gribaudo, 2010

Cucinare in modo sostenibile è facile: possiamo ridurre il nostro impatto sull'ambiente semplicemente intervenendo sui piccoli gesti quotidiani. Ogni scelta effettuata in modo responsabile è un passo importante verso un modo di vivere più attento e consapevole. La cucina a basso impatto ambientale fa bene anche a noi, perché ci offre la possibilità di mangiare in modo più sano e gustoso. In questo libro troverete tanti consigli e suggerimenti per rispettare l'ambiente in cucina, cominciando dalla scelta degli ingredienti per finire con i metodi di cottura. E per mettere subito in pratica i principi della cucina sostenibile ecco tante gustose ricette che utilizzano in modo creativo le parti degli alimenti che siamo abituati a eliminare: bucce di pomodoro, lisce di pesce e semi di zucca non sono mai stati così appetitosi.

È UN PAESE PER BAMBINI. IN CERCA DI AGRICOLTURA, ALIMENTAZIONE, AMBIENTE di Alessandra Nucci, Effegu, 2014

In un paese dove ci sono più automobili pro capite che bambini, si afferma il diritto di consumare cibi buoni e sani, e riappropriarsi degli spazi cittadini. Conoscere cosa mangiamo prima ancora di quanto mangiamo è fondamentale per avere consapevolezza della nostra alimentazione e della nostra salute. Un libro che scatta una significativa fotografia dei bambini italiani e del loro stile di vita, andando alla ricerca di un ritrovato rapporto tra città e campagna. A favore delle nuove generazioni.

IL FRUTTO RITROVATO di Chiara Spadaro, Altreconomia Edizioni, 2010

Sapete come si diventa "custodi di semi"? Scopritelo sfogliando questo libro in un orto bio diverso, tra una mela annurca e una cicerchia. Una vera e propria "geografia" di semi e frutti antichi: storie di seed saver che coltivano varietà "clandestine", orti didattici, eventi sulla biodiversità in Italia. Come scambiare semi o produrre sul proprio balcone.

RAGAZZI A TAVOLA! di Jesper Jull, Feltrinelli, 2005

Un libro divulgativo, di piacevole lettura, che affronta in modo ragionevole difetti radicati e problemi diffusi legati al tema dell'alimentazione di bambini e adolescenti, da un punto di vista psicologico e pedagogico.

CIBO LOCALE di Rob Hopkins, Tamzin Pinkerton, Edizioni Arianna, 2010

Una guida pratica, finalizzata alla produzione e consumo degli alimenti locali, che dimostra operativamente come possiamo ricostruire, stabilire o favorire nuove reti e relazioni comunitarie, per attuare una produzione alimentare sana, sostenibile e locale. Un manuale propositivo, che illustra cosa si può ottenere quando le persone che abitano in una strada, in un quartiere, in un paese o in una città agiscono in maniera comunitaria. "Cibo locale" esplora un'ampissima gamma di iniziative per ricostruire una rete di cibo locale, diversificata e resiliente, che - includendo i giardini e gli orti del vicinato, i modelli di agricoltura comunitaria, i mercati dei contadini e i progetti di sensibilizzazione nelle scuole e offrendo tutte le informazioni necessarie per realizzare le idee di ognuno - rende possibile la filiera tra produzione e consumo.

IL DILEMMA DELL'ONNIVORO di Michael Pollan, Gli Adelphi, 2008

«Il libro di Pollan ha il merito di svelarci chi siamo diventati, e di addentrarsi in sistemi alimentari che la maggior parte di noi non conosce pur essendone dentro, perché è molto difficile e complicato ricostruire certe filiere. Ci dà notizie che sono in grado di cambiare per sempre le abitudini gastronomiche di chi legge e lo fa sempre documentando accuratamente idee, supposizioni e ragionamenti. L'efficacia e la semplicità con cui riesce nel suo intento mi spingono a dire che questo libro dovrebbe essere usato nelle scuole, e che ognuno di noi dovrebbe correre a comprarlo senza esitare, per capire finalmente che, se siamo davvero quello che mangiamo, è quanto mai necessario apportare qualche correzione urgente alle nostre diete e a come facciamo la spesa» CARLO PETRINI

IL BENE COMUNE DELLA TERRA di Vandana Shiva, Feltrinelli, 2006

Un vero e proprio manifesto per chi cerca alternative al globalismo economico a senso unico, verso una nuova democrazia mondiale. Vandana Shiva fa il punto su quelle battaglie che, anche grazie al suo contributo, hanno assunto un rilievo internazionale – la lotta contro la privatizzazione delle risorse naturali, i brevetti sul vivente e l'impiego di organismi geneticamente modificati in agricoltura e nella produzione alimentare – riconducendole a un progetto politico, economico e culturale di democratizzazione della globalità. Delinea dunque un'alternativa alla globalizzazione economica, che giudica responsabile non soltanto della catastrofe ecologica imminente, ma anche dell'avvento dei fondamentalismi politici e religiosi. La privatizzazione delle risorse comuni, insieme alla progressiva erosione dei beni e dei servizi pubblici e all'indebolimento dei meccanismi democratici di controllo dell'economia, costituisce una grave minaccia in termini di sostenibilità ecologica e di sopravvivenza sociale. Una minaccia che richiede una risposta rapida e forte.

MANGIARE è UN ATTO AGRICOLO di Wendell Berry, 2015

In questa raccolta di saggi, da uomo e da contadino, Wendell Berry riflette sui problemi dell'agricoltura contemporanea e ci indica un cammino non solo auspicabile ma già perseguito da molti, in cui ritorna centrale la gestione responsabile e amorevole della terra e delle creature che su di essa vivono, in cui il coltivare si fonda su principi sostenibili, ecologici e biologici, piuttosto che su principi meccanicisti orientati a ottenere proventi tanto rapidi quanto dannosi. Un cammino in cui nessuno può più permettersi di ignorare i processi di produzione che portano sulle nostre tavole ciò di cui ci nutriamo. Se torneremo a essere consapevoli che «mangiare è un atto agricolo», inevitabilmente lo saremo anche di tutto quanto vi è connesso e ci preoccuperemo del benessere delle generazioni presenti e future e dunque della natura, di quel luogo che ci ospita e in cui cresce ciò che ci permette di esistere.

LA RIVOLUZIONE DEL FILO DI PAGLIA di Masanobu Fukuoka, 1975

Questo libro rappresenta un punto di svolta per riavvicinarsi con occhi fiduciosi e non distruttivi alla creazione. Quando Fukuoka parla di quella che chiama l'agricoltura del "*non fare*", potrebbe venire in mente Matteo 6,26: "Seguite con lo sguardo questi esseri che volano nel cielo: non fanno né semina, né mietitura, né hanno granai per ammassarvi qualcosa. È vostro Padre, quello celeste, che pensa a nutrirli". Gli esseri umani lavorano al meglio quando lo fanno per il bene della gente piuttosto che per una "*maggior produzione*". Un'agricoltura completa nutre l'intera persona, corpo e anima. Non si vive di solo pane.

TERRA FUTURA. Dialoghi con Papa Francesco di Carlo Petrini, 2020

Nel 2015 Papa Francesco ha rivolto al mondo un'esortazione di grande valore spirituale, etico e politico, l'Enciclica Laudato si': una «riflessione insieme gioiosa e drammatica» sul deterioramento ambientale del nostro pianeta, sullo spreco di risorse naturali e umane provocato da sistemi economici e politici irresponsabili. Al tempo stesso, l'Enciclica è un francescano invito alla "riconnessione" con l'insieme delle creature viventi e con la Terra che tutti abitiamo.

In sintonia col messaggio di "ecologia integrale" lanciato dal Papa, il fondatore di Slow Food Carlo Petrini aveva scritto la Guida alla lettura della Laudato si' pubblicata dalle Edizioni San Paolo. La loro condivisione di un impegno globale a «coltivare e custodire» i beni umani e terreni, procedendo con pragmatismo rivoluzionario verso una vita in armonia con sé stessi, con la propria comunità e con la natura, si è approfondita nel corso di cruciali appuntamenti, fra i quali il Sinodo Panamazzonico. Questo volume rappresenta un altro radicale passo verso l'ecologia integrale e si apre con tre dialoghi tra Bergoglio e Petrini. Nel clima amichevole e schietto dei tre incontri risalta la comunanza di vedute, la consapevolezza della gravità ma anche la fiducia nell'impegno quotidiano e comunitario perché, come sostiene Papa Francesco, non si dà ecologia senza giustizia, non si cura l'ambiente se le relazioni fra gli esseri umani sono viziate da squilibri economici e culturali.

IL MONDO DELLA API E DEL MIELE di Cinzia Scaffidi, 2019

Tutto sull'affascinante mondo delle api e del miele. Sentinelle degli equilibri ecologici, questi insetti sono preziosi per l'agricoltura e ci donano prodotti straordinari. Il volume parte da loro, dalla loro zoologia e organizzazione sociale, dalle tipologie animali e dall'apicoltura in Italia, passando in rassegna il ruolo dell'apicoltore, le stagioni e i cicli produttivi. Accanto a cera, polline, propoli e pappa reale, il miele è il grande protagonista: le sue caratteristiche organolettiche e nutrizionali, le descrizioni delle principali varietà e della normativa che ne regola la produzione e la commercializzazione, l'etichetta, i derivati. Infine, gli usi in cucina, più numerosi di quanto si creda, e tutti gli abbinamenti, con ricette della tradizione e di autori, tra cui Niko Romito, Vittorio Fusari, Fabio Picchi, Ivan Milani... Un mondo che non avrà più segreti e vi aiuterà a scegliere o a produrre il miele migliore per voi e i vostri cari.

IN DIFESA DEL CIBO di Michael Pollan, 2008

Nel *Dilemma dell'onnivoro* Michael Pollan aveva smontato, una portata dopo l'altra, il pranzo che ci apparecchiamo ogni giorno, dimostrando che cosa in realtà contenga a dispetto delle etichette. In questo libro, che amplia e conclude il precedente, Pollan va oltre, demolendo alla sua maniera – brillante e sempre imprevedibile – una credenza perniciosa e ormai diffusissima, e cioè che a renderci più sani e più belli non siano le cose che mangiamo, ma le sostanze che le compongono. Nel mondo immaginato dai nutrizionisti, ricorda Pollan, anziché perdere tempo a sbucciare e fare a spicchi le arance basterebbe assumere una quantità equivalente di vitamina C. Nel nostro accade invece che gli stessi nutrizionisti mettano improvvisamente al bando le componenti della dieta che fino a poche settimane prima avevano considerato irrinunciabili, e che per paradosso gli Stati Uniti, cioè il paese più di qualsiasi altro ossessionato dal terrore di mangiare ciò che fa male, o di non mangiare ciò che fa bene, si siano dati il modello alimentare più malsano e

patogeno fin qui conosciuto. Il rimedio? Sarebbe semplice, sostiene Pollan: non mangiare nulla che nostra nonna non avrebbe mangiato. In altre parole, cibo vero, meglio se poco, e meglio ancora se verde. *Sarebbe* semplice, cioè, se non sconvolgesse il credo dell'industria più potente e insostituibile al mondo, quella agroalimentare. Che, come dimostrano le violente polemiche subito suscitate da questo libro, non intende arrendersi senza combattere neppure all'evidenza

A TAVOLA SENZA SPRECHI. Ricettario Slow Food, 2016

Una raccolta di 150 ricette che insegnano a cucinare piatti gustosissimi per non buttare niente di quanto avanzato a pranzo o a cena oppure a utilizzare le parti che più difficilmente rientrano nelle ricette classiche: bucce, foglie, noccioli. Il tutto all'insegna del "senza sprechi".

Molti gli esempi: la pasta fritta, gli gnocchi di polenta, le polpettine di carne tipiche del milanese confezionate con gli avanzi del bollito, la toscana pappa al pomodoro accanto al vasto repertorio di zuppe, torte salate e dolci nati dalla necessità di utilizzare gli avanzi di pane.

VOLER BENE ALLA TERRA di Carlo Petrini, 2014

In queste pagine parlano premi Nobel, cuochi che hanno cambiato la gastronomia mondiale, icone del mondo artistico – musicale e letterario – o del mondo contadino.

Le voci, tra gli altri, di Wendell Berry, Joseph Stiglitz, Dario Fo, Carlo d'Inghilterra, Luis Sepúlveda, Ferran Adrià, Vandana Shiva ed Ermanno Olmi compongono uno straordinario collage di dialoghi sul futuro della Terra, pubblicati prima su La Stampa e poi su La Repubblica, e ora raccolti in un unico volume che intende celebrare i primi 10 anni di vita della rete di Terra Madre.

CIBO E LIBERTA' di Carlo Petrini, 2013

Carlo Petrini, prendendo spunto da eventi accaduti nella sua vita di gastronomo, e di presidente e fondatore di Slow Food, raccontando viaggi e avventure anche rocambolesche, narra la storia di questa liberazione, partita da un contesto locale per farsi via via globale. Una liberazione che passa attraverso l'energia che sa sprigionare la forza creativa della diversità, che va rispettata e valorizzata in tutte le sue sfaccettature (diversità umana, biologica, culturale, scientifica). Un'energia che va incanalata nelle maglie di una rete libera, virtuale ma anche reale, che consenta di stringere nuove alleanze per riuscire a cambiare per sempre la faccia a un sistema mondiale del cibo che, allo stato attuale, non ci garantisce un futuro felice. Per questo la gastronomia da liberata diventa elemento "di liberazione": per tutti quei popoli, del Nord e del Sud del mondo, che rivendicano la propria sovranità alimentare a partire dalla propria cultura e da ciò che hanno da offrire i luoghi che abitano. Cibo e libertà contiene storie e il dipanarsi di idee che stanno facendo la storia, che raccontano un passato appassionante e la prospettiva di un futuro di profondo benessere, ancora tutto da scrivere, soprattutto per i Paesi ritenuti più in difficoltà, come quelli del continente africano.

IL TUO CIBO E' IL MIO CIBO di Redzepi, René, Ying Chris, 2019

Quali sono i modi in cui il cibo accomuna i popoli del mondo, superando barriere reali e immaginarie? Questa illuminante raccolta di saggi e articoli ci spiega le infinite connessioni tra i modi di mangiare sul pianeta, dall'incredibile diffusione del curry, anche nei luoghi più impensati, fino a come si usano le posate.

Lecture agili e stimolanti, che raccontano in maniera intelligente quanto in realtà le culture culinarie che sembrano più distanti poi non lo siano così tanto. In un continuo mescolarsi e influenzarsi a vicenda probabilmente sulla Terra "tutti mangiamo allo stesso modo".

Autori prestigiosi firmano un'antologia che promette di essere il primo di una lunga serie di volumi voluti dal MAD, l'organizzazione no profit fondata dallo chef Redzepi che ogni anno raduna a Copenhagen il *gotha* del mondo gastronomico. In altre parole, il libro che ogni vero *foodie* dovrebbe conoscere.

CHE MONDO SAREBBE. Pubblicità del cibo e modelli social di Cinzia Scaffidi, 2018

La comunicazione commerciale ci descrive o cerca di orientarci? Forse possiamo tentare una risposta doppia: ci descrive, in buona misura, per quel che riguarda i consumi; cerca di orientare i nostri modelli sociali. Sui consumi stiamo prendendo coscienza, crescono le quote di consumatori attenti, consapevoli, critici e competenti che finiscono non solo per scegliere meglio il cibo, ma anche per comprarne meno. Perché avere meno bisogni significa avere più libertà. Lo stiamo comprendendo, poco alla volta e pochi alla volta. Quanto ai modelli sociali, invece, anche se ci accorgiamo che non rispecchiano la nostra realtà, siamo culturalmente meno attrezzati per la resistenza. Se è vero che quelle famiglie, quelle mogli, quei mariti, quelle situazioni non ci assomigliano, è anche vero che ne subiamo il fascino e, in una qualche

misura, permettiamo a quella comunicazione di orientare, se non i nostri comportamenti, quantomeno i nostri desideri. L'evoluzione per allontanarsi dai modelli sociali e relazionali che il mercato propone si deve nutrire di tante e diverse capacità: osservare, ascoltare il non detto, interpretare i tanti segnali che le narrazioni commerciali ci offrono, fino a vedere quel che davvero abbiamo davanti agli occhi, imparando a riderne.

LAND GRABBING DI Stefano Liberti, 2011

Il *land grabbing*, fenomeno che in italiano viene tradotto come *acquisizione delle terre*, è un tema di scottante attualità, ma ancora poco conosciuto dall'opinione pubblica internazionale. Mosso dall'intento di fare chiarezza su questo processo che negli ultimi anni ha visto ampliare notevolmente la sua portata, il giornalista Liberti racchiude in un libro tutte le ricerche da lui effettuate sul tema. Il risultato è un piccolo volume che delinea in modo chiaro la natura controversa del *land grabbing*, una pratica di accaparramento di terre straniere sempre più diffusa tra i paesi arabi e che coinvolge anche grandi imprese multinazionali in un nuovo settore di affari definito *agrobusiness*, il quale sta alterando i rapporti geopolitici e geoeconomici del mondo e presenta forti implicazioni socioculturali. Dopo la crisi alimentare del 2007, temendo di non disporre di sufficienti terreni per garantire una produzione alimentare in grado di sfamare le popolazioni nazionali, molti paesi del Golfo hanno deciso di guardare all'estero, soprattutto in Africa e in America Latina, per ottenere attraverso un leasing l'usufrutto di terre su cui investire in colture destinate alla soddisfazione del fabbisogno dei propri abitanti. In cambio, contanti in valute forti come i dollari che i paesi affittuari possono usare per accedere al mercato internazionale. Il *land grabbing* è soprattutto un grande inganno nei confronti di contadini che si vedono sottrarre la terra con procedimenti d'autorità, (...) una forma moderna di neocolonialismo." Una pratica non *ecologically correct*, che dovrebbe essere limitata cercando di sviluppare interventi di carattere locale in quei paesi poveri di commodity di prima necessità, per aiutarli a risolvere il problema dell'approvvigionamento senza incorrere in un selvaggio accaparramento a danni di terzi.

I SIGNORI DEL CIBO di Stefano Liberti, 2016

Secondo previsioni dell'Onu, nel 2050 saremo 9 miliardi di persone sulla Terra. Come ci sfameremo, se le risorse sono sempre più scarse e gli abitanti di paesi iperpopolati come la Cina stanno repentinamente cambiando abitudini alimentari? La finanza globale, insieme alle multinazionali del cibo, ha fiutato l'affare: l'overpopulation business. Dopo "A sud di Lampedusa" e "Landgrabbing", Stefano Liberti ci presenta un reportage importante che segue la filiera di quattro prodotti alimentari - la carne di maiale, la soia, il tonno in scatola e il pomodoro concentrato - per osservare cosa accade in un settore divorato dall'aggressività della finanza che ha deciso di trasformare il pianeta in un gigantesco pasto. Un'indagine globale durata due anni, dall'Amazzonia brasiliana dove le sconfinite monoculture di soia stanno distruggendo la più grande fabbrica di biodiversità della Terra ai mega-pescherecci che setacciano e saccheggiano gli oceani per garantire scatolette di tonno sempre più economiche, dagli allevamenti industriali di suini negli Stati Uniti a un futuristico mattatoio cinese, fino alle campagne della Puglia, dove i lavoratori ghanesi raccolgono i pomodori che prima coltivavano nelle loro terre in Africa. Un'inchiesta che fa luce sui giochi di potere che regolano il mercato del cibo, dominato da pochi colossali attori sempre più intenzionati a controllare ciò che mangiamo e a macinare profitti monumentali.

LA FAME di Martin Caparros, 2015

"Conosciamo la fame, siamo abituati alla fame: abbiamo fame due, tre volte al giorno. Nelle nostre vite non esiste niente che sia più frequente, più costante, più presente della fame - e, al tempo stesso, per la maggior parte di noi, niente che sia più lontano dalla fame vera". Per comprenderla, per raccontarla, Martin Caparros ha viaggiato attraverso l'India, il Bangladesh, il Niger, il Kenya, il Sudan, il Madagascar, l'Argentina, gli Stati Uniti, la Spagna. Li ha incontrato persone che, per diverse ragioni - siccità, povertà estrema, guerre, emarginazione - soffrono la fame. La fame è fatta delle loro storie, e delle storie di coloro che lavorano in condizioni molto precarie per mitigarla e di coloro che vi speculano sopra, affamando tanta gente. La fame intende, soprattutto, svelare i meccanismi che fanno sì che quasi un miliardo di persone non mangino quanto è necessario. Un prodotto ineludibile dell'ordine mondiale? Il frutto della pigrizia e dell'arretratezza? Un affare di pochi? Un problema in via di soluzione? Il fallimento di una civiltà? Un libro scomodo e appassionato, una cronaca che riflette e un saggio che racconta, un pamphlet che denuncia una vergogna intollerabile e cerca vie di uscita per eliminarla con urgenza.

SITI WEB

- www.lastminutmarket.it
- www.sprecozero.it
- <http://www.isprambiente.gov.it/>
- <http://www.fao.org/news/story/it/item/196466/icode/>
- <http://www.oneplanetfood.info/>
- <https://www.osservatoriodiritti.it/2020/10/27/land-grabbing-significato-definizione-esempi-cos-e-conseguenze-cause/>

LIBRI PER BAMBINI

LE FAVOLE DI GUNTER PAULI, Edizioni Ambiente

Il libro si propone di trasformare il paradigma, ed esplora stili di vita e sistemi di produzione e consumo capaci di rispondere ai bisogni fondamentali di tutti. “Non chiediamo alla Terra di produrre di più. Facciamo di più con quanto la Terra già produce.” La ZERI Learning Initiative presenta una serie di favole: anche se possono sembrare fantasiose, ci portano a scoprire molte realtà diverse.

IL DIRITTO ALL’ALIMENTAZIONE. UNA FINESTRA SUL MONDO

Scaricabile da <http://www.fao.org/3/a1300i/a1300i00.htm>

BUONE NOTIZIE DAL PIANETA TERRA, DI Elin Kelsey, Edizioni Scienza

Un libro originale sull'ambiente senza messaggi catastrofici sullo stato del pianeta, che non ti fa sentire in colpa per il cambiamento del clima e che non parla di complicatissimi problemi, troppo grandi da affrontare

ALLA RICERCA DEL PIANETA VERDE di Danilo Bonato, Edizioni Ambiente

Alla ricerca del Pianeta Verde è un libro per ragazzi che affronta le principali questioni ambientali del nostro tempo, illustrando il meccanismo – “complesso” ma non “complicato” – che le lega tra di loro. Incremento demografico, acqua potabile, deforestazione e perdita di biodiversità, rifiuti, riscaldamento globale, energie rinnovabili: questi e altri temi ancora vengono raccontati in modo coinvolgente attraverso la storia di Theodorus Green e di Capitan Sostenibile.

NOI SIAMO QUI. DRITE PER VIVERE SUL PIANETA TERRA di Oliver Jeffers

Benvenuto su questo pianeta. Potresti essere un po' disorientato all'inizio, ma sei appena arrivato, dopotutto. La tua testa sarà già piena di domande, quindi partiamo con una veloce esplorazione del nostro pianeta e di come ci viviamo sopra.

LA MIA AMICA APE di Elison Jay, Edizioni Terre di Mezzo

Un giorno nella sua cameretta entra un’ape. La paura però si trasforma in una grande amicizia che farà scoprire alla bambina le meraviglie della natura e l’importanza delle api.

LA STAGIONE DEI FRUTTI MAGICI di Levi Pinfold, Edizioni Terre di Mezzo

Il signor Orzodoro trova un bimbo tutto verde nel suo campo e capisce di avere a che fare con qualcosa di speciale: è un Greenling, un folletto che fa crescere ovunque frutti così buoni da non sembrare veri.

La moglie di Orzodoro è spaventata, e con lei tutto il paese, ma Greenling riuscirà a conquistarli con i suoi doni magici. Una fiaba sulla forza rigenerante della natura.

ADA E I RIFIUTI, Carthusia edizioni

Insieme ad Ada i bambini scoprono che le cose che si buttano via possono rinascere in nuovi oggetti... ma solo se i rifiuti vengono separati.

LA FESTA DEI FRUTTI ROSSI di GERDA MULLER, Edizioni Babalibri

Sofia dopo aver esplorato l'orto scopre l'affascinante mondo dei frutti. Sofia gioca, sperimenta, assaggia insieme ai suoi amici e scopre da dove viene la frutta che mangiamo e quali storie porta con sé.

FEDERICO IL VERME AMICO, Edizioni Macro Junior

Federico il Verme Amico è una bellissima favola, deliziosamente illustrata, per spiegare in modo semplice e coinvolgente ai bambini come i rifiuti che produciamo possono essere riutilizzati. Leggendo le avventure di Federico anche i più piccoli imparano quali rifiuti possono essere utilizzati per il compost e quali invece non si possono decomporre, come riciclarli e come smaltirli.

LA FESTA DEI FRUTTI ROSSI di GERDA MULLER, Edizioni Babalibri

Sofia dopo aver esplorato l'orto scopre l'affascinante mondo dei frutti. Sofia gioca, sperimenta, assaggia insieme ai suoi amici e scopre da dove viene la frutta che mangiamo e quali storie porta con sé.

GUSTOMONDO, collana slowbook, 2018

Un giro del mondo attraverso il cibo e tutto quello che vi ruota intorno, per far scoprire ai più piccoli (ma non solo) la ricchezza della biodiversità.

Come si apparecchia la tavola in Marocco? Che cosa c'è nel frigorifero di un bambino statunitense? Dove si fa la spesa nelle Filippine? Quali le occasioni di festa in Russia? Quali i piatti più comuni in Francia?

A queste e a molte altre domande risponde questo atlante illustrato, che racconta in modo non banale l'universo cibo. In una realtà multietnica come quella attuale molti sono gli spunti forniti dal libro per raccontare ai più piccoli le differenti culture che si incontrano ogni giorno tra i banchi di scuola.

CLIMA, SALVIAMO IL PIANETA! Collana AsSaggini, 2021

Che cos'è il riscaldamento globale? Qual è il suo ruolo nell'equilibrio della biodiversità? Che cos'è l'effetto serra? Sono alcune delle domande a cui risponde quest'utile compendio dedicato ai giovani lettori e ricco di illustrazioni e attività pratiche.

Leggendo queste pagine scopriranno che il clima è come un'enorme macchina e il suo funzionamento, oggi danneggiato dall'attività umana, minaccia la vita di tanti esseri viventi. Per guarire il pianeta è necessario cambiare stile di vita, partendo da piccole azioni quotidiane che fanno bene: consumare meno, privilegiare le verdure nel menù, combattere gli sprechi, costruire da soli gli oggetti che ci servono.

APP PER BAMBINI

- La torta di Robin
- Ufottoleprotto.com
- It.coolfoodplanet.org

