

## La cucina del cuore

Un piatto cucinato in casa può legarci in modo indissolubile alla mamma o alla nonna che lo hanno preparato? C'è un momento nella vita di ognuno in cui un profumo basta a riportarci indietro: un vapore caldo, un sapore familiare, una ricetta che sa di casa. Ne **'La zuppa della mamma'** (Il Barbagianni editore, 2025) assaporiamo una storia delicata che parla di famiglia e di piatti del cuore. L'autore taiwanese **K.T. Hao** ci conduce nella vita di una ragazzina, della mamma e della nonna. La incontriamo anche da adulta, madre con prole, tra i vapori dei piatti di casa. Un albo dedicato agli affetti domestici, ai legami tra le diverse generazioni – mamme, nonne, nipoti – e alle tradizioni da tramandare con amore, una narrazione tutta al femminile. Le raffinate illustrazioni di **Li Ping-Pan** e l'adattamento di **Susanna Mattiangeli**, sulla base della traduzione di **TperTradurre** srl, rendono il racconto molto poetico. Le tavole che integrano il testo sono molto dettagliate e di grande forza comunicativa, La natura entra nell'intimità delle mura domestiche, tra pentole, padelle, ortaggi colorati e in alcuni particolari dei disegni, dove è possibile rintracciare molti significati simbolici, pagina dopo pagina. Dagli sguardi complici che si scambiano le protagoniste, ai fumi delle zuppe che sembrano evaporare in una danza, dagli alberi di ginkgo – metafora di rinascita – che ondeggiano al vento, ai motivi floreali sul tappeto di casa, ogni particolare lascia trasparire un senso di quiete, bellezza e cura. *Certi venti soffiano potenti e quasi portano via. Quante bufere bisogna attraversare per poi tornare finalmente a casa? Quanti pensieri, nostalgie, e che fatica. Quanto amore, però, nella zuppa agro piccante della mamma che diventa quella della nonna.*

Sono le ricette di casa che ci aiutano nella crescita e talvolta ci salvano: una zuppa adatta per ogni circostanza. Zuppe diverse, pensate per ogni stagione, per i giorni freddi e per quelli luminosi, per le piccole difficoltà e per i momenti di festa. In questo ritmo quotidiano, ripetuto e rassicurante, si deposita il senso più profondo del libro: la cura come linguaggio, l'amore come presenza silenziosa.

Le zuppe di fagioli rossi per scaldare l'inverno, quella di fagioli verdi per rinfrescare l'estate, la zuppa di pesce per affrontare le difficoltà, l'infuso di prugne per rischiarare le giornate scure, la zuppa di funghi e semi di loto conforta nei momenti importanti: ogni piatto diventa una piccola storia, un frammento di vita. Dentro ogni zuppa c'è qualcosa in più del cibo: c'è il modo silenzioso della mamma di dire "ti voglio bene". La nonna ha lasciato un quaderno pieno di



ricette. Sono tantissime [...] La prima volta non vengono proprio uguali, ma piano piano ci avvicineremo. Prepariamole insieme, e resteranno sempre zuppe di famiglia.

Le protagoniste condividono non solo le zuppe tradizionali, ma anche e soprattutto *desideri, speranza e amore*. Età di lettura: dai 5 anni.

*Quante lacrime negli occhi. Quanto amore in una ricetta che continua a vivere con noi.*

Trovi il libro in sala **Zerosei** alla collocazione **P LET.HAO.I**

Noi, 'Cucinanti in erba' prepariamo una zuppa che sa di ricordi: **la zuppa di fagioli cannellini**.

Ingredienti: un barattolo piccolo di fagioli cannellini (150 grammi), un pezzo di porro, una cipolla fresca, un ciuffo di prezzemolo, una carota, una costa di sedano, olio di oliva, un dado vegetale e i quadrucci all'uovo. Dopo che il *Sous Chef* ha pulito le verdure, le mette nel tritatutto. Versa il soffritto in una pentola con un dado da cucina e un filo di olio. Poi quando si è insaporito, aggiunge i fagioli cannellini e lascia cuocere per una decina di minuti. Dopo, versa nella pentola acqua tiepida (due o tre tazze da colazione) e lascia bollire a fuoco lento per una mezz'ora. Naturalmente, è compito dei 'Cucinanti in erba' assaggiare: spetta a loro l'ok sulla sapidità della pietanza. Quando la zuppa si è ristretta, è l'ora dell'assaggio. Poi non resta che buttare la pasta e lasciarla cuocere. Il *Sous Chef*, quando è al dente, spegne il fornello perché la pietanza deve riposare. Si mette in tavola ancora calda con un filo di olio, ma anche a temperatura ambiente è buona. Una zuppa del cuore per chi scrive e credo per molti altri.



Quando la zuppa si è ristretta, è l'ora dell'assaggio. Poi non resta che buttare la pasta e lasciarla cuocere. Il *Sous Chef*, quando è al dente, spegne il fornello perché la pietanza deve riposare. Si mette in tavola ancora calda con un filo di olio, ma anche a temperatura ambiente è buona. Una zuppa del cuore per chi scrive e credo per molti altri.



I 'Cucinanti in erba' che apprezzano i sapori orientali possono replicare le ricette descritte nell'albo oppure prendere spunti per delle nuove ricette di famiglia.

Ogni piatto ha un gusto speciale se fatto con amore, e se lo prepariamo con la mamma oppure la nonna acquisterà un sapore che attraversa il tempo, passa di mano in mano 'come racconta il testo' e diventa così un modo per ricordare, per ritrovarsi, per restare uniti. Una zuppa dopo l'altra.

Felice **Festa della Mamma!**

MRC

