



Le ricette che l'Alzheimer non cancella: nasce “La Cucina della Memoria”



Le ricette che l'Alzheimer non cancella: nasce “La Cucina della Memoria” In occasione della Giornata Mondiale dell'Alzheimer, il 21 settembre , gli anziani delle RSA emeis hanno ricostruito insieme ai cuochi le ricette più importanti della loro vita. Dalla trota pescata sul Piave ai Baci di Dama preparati sulla stufa a legna, nasce un ricettario che racconta la memoria attraverso il cibo, i sapori e i gesti della tradizione italiana

La memoria può vacillare su un nome, una data o un volto. Ma spesso continua a riconoscere il profumo di un soffritto, il gesto di impastare una frolla, il tempo necessario perché un minestrone diventi davvero “come una volta”.

È nella cucina, tra sapori, profumi e gesti quotidiani , che può sopravvivere una parte profonda della nostra identità. Una memoria legata alla sensorialità e alle abilità apprese nel corso della vita, che anche di fronte all'Alzheimer può conservare tracce preziose.

Da questa intuizione nasce “La Cucina della Memoria” , il progetto che emeis Italia , divisione italiana del gruppo internazionale specializzato nella cura e nell'assistenza delle persone fragili, presenta in occasione della Giornata Mondiale dell'Alzheimer.

La Cucina della Memoria: un ricettario nato nelle RSA emeis

Il progetto raccoglie 27 ricette della tradizione gastronomica italiana , ricostruite dagli chef delle strutture emeis di tutta Italia insieme agli anziani ospiti delle RSA.



Sono stati proprio loro a raccontare, correggere, ricordare e insegnare le ricette della propria vita. I cuochi hanno ascoltato e raccolto ogni dettaglio, trasformando quei racconti in un ricettario che custodisce molto più di una tradizione gastronomica.

Ogni piatto diventa infatti un contenitore di storie di famiglia, gesti tramandati, dialetti, affetti e ricordi

Il risultato è un viaggio attraverso la cucina italiana, riconosciuta nel mondo per il suo valore culturale, in cui ogni ricetta è accompagnata da un ricordo, un aneddoto, un consiglio di famiglia o una piccola pratica custodita per generazioni.

Le ricette della memoria: dalla trota sul Piave ai Baci di Dama

Tra le storie raccolte nel ricettario c'è quella di Gianni, ospite della RSA Tre Carpini in Veneto , che racconta la sua Trota al Cartoccio e torna con la mente alle estati trascorse sul Piave.

Ricorda il pesce appena pescato, il cartoccio chiuso con olio e sale e quel profumo capace, ancora oggi, di raccontare da solo la bontà del piatto.

Primo, invece, affida al nipote William il segreto del suo minestrone . L'ingrediente insostituibile è il tempo: tre ore e mezza di cottura lenta, senza fretta, perché le verdure possano incontrarsi e trasformare i singoli sapori in un'unica storia.

Poi c'è Bruna, dell' RSA Casa Mia Casier di Treviso , che non rinuncia al suo amato Coniglio in tecia , mentre in Lombardia Bianca racconta il suo Risotto alla milanese , piatto simbolo delle domeniche trascorse in famiglia.

In Piemonte, invece, Wilma, 89 anni, ricostruisce passo dopo passo la preparazione dei suoi Baci di Dama . Le mandorle si acquistavano ancora con il guscio, si tostavano sulla stufa a legna, si sfregavano all'interno di un canovaccio per eliminare la pellicina e poi si tritavano rigorosamente a mano.

“La fretta”, ricorda Wilma, “non ha mai fatto buoni dolci”.

Alzheimer, memoria e cucina: il valore dei gesti quotidiani

Il ricettario racconta anche il rapporto tra memoria, cucina e tradizioni familiari

In Liguria, Teresa continua a difendere il suo pesto come si difende una tradizione di famiglia: il basilico va lavato con delicatezza, asciugato perfettamente e coperto con un filo d'olio prima di essere conservato.

A Venezia, Eleonora racconta invece ai più giovani l'origine dell'espressione “andiamo a bere un'ombra” , legata alla tradizione dei venditori di vino che spostavano i banchi seguendo l'ombra del Campanile di San Marco per mantenere fresco il vino.

Sono dettagli apparentemente semplici, ma capaci di riportare alla luce conoscenze, gesti e ricordi personali



La cucina diventa così uno spazio in cui il passato può tornare a essere presente: non soltanto attraverso le parole, ma anche attraverso il fare, il riconoscere un profumo, ricordare una consistenza o sapere esattamente quando una preparazione è “come deve essere”.

27 ricette per raccontare la tradizione italiana

Le 27 ricette de “La Cucina della Memoria” attraversano diverse regioni italiane e raccontano una gastronomia fatta di ingredienti semplici, tecniche tramandate e soprattutto di relazioni.

Dal Veneto al Piemonte, dalla Lombardia alla Liguria, le ricette raccolte nelle RSA emeis mostrano come il cibo sia stato, generazione dopo generazione, molto più di un semplice pasto.

È stato un linguaggio, un modo per prendersi cura degli altri, un rito quotidiano e un patrimonio da consegnare a figli e nipoti

In questo senso, il progetto non vuole soltanto conservare delle ricette, ma dare valore alle persone che le hanno custodite nel corso della propria vita.

“La Cucina della Memoria” come patrimonio da tramandare

«Quando una persona racconta una ricetta della propria vita non sta semplicemente spiegando come preparare un piatto: sta condividendo una parte della propria storia. In cucina riaffiorano gesti, profumi, ricordi e competenze che il tempo conserva con una forza sorprendente. Per questo abbiamo voluto costruire questo progetto insieme ai nostri ospiti, ascoltandoli e lasciando che fossero loro a guidarci. La Cucina della Memoria non è solo un ricettario, ma una raccolta di vite, tradizioni e affetti che restituisce agli anziani il ruolo di custodi di un patrimonio prezioso, da tramandare alle nuove generazioni», commenta Alessandra Taveri, CEO di emeis Italia

Il progetto assume così un significato particolare in occasione della Giornata Mondiale dell'Alzheimer : raccontare la persona oltre la malattia e valorizzare ciò che continua a vivere nei suoi gesti, nelle sue competenze e nelle storie costruite durante una vita.

Il ricettario “La Cucina della Memoria” è disponibile online

Il volume “La Cucina della Memoria” è disponibile gratuitamente online sul sito di emeis Italia.

Il ricettario raccoglie le 27 ricette nate dall'incontro tra gli anziani delle RSA emeis e gli chef delle strutture, offrendo un viaggio nella cucina italiana e nella memoria delle persone

Un invito a riscoprire il valore dei sapori di una volta e, soprattutto, delle storie che quei sapori continuano a raccontare.

Nessun commento

Devi essere connesso per inviare un commento.