



L'Alzheimer non cancella le ricette: nasce “La cucina della memoria”



Il 21 settembre è la Giornata Mondiale dell'Alzheimer : e viene omaggiata dagli anziani delle RSA emeis, ricostruendo insieme ai cuochi i piatti della loro vita . Dalla trota pescata sul Piave ai Baci di Dama preparati sulla stufa a legna. La memoria può vacillare su un nome, una data, 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 lì, tra sapori, odori e movimenti imparati in cucina, che sopravvive una parte profonda della nostra identità . Una memoria che anche l'Alzheimer fatica a cancellare.

Da questa intuizione nasce “ La Cucina della Memoria ”, il progetto che emeis Italia – divisione italiana del gruppo internazionale specializzato nella cura e all'assistenza delle persone fragili – presenta in occasione proprio della Giornata Mondiale dell'Alzheimer. Un ricettario costruito dagli chef delle strutture di tutta Italia insieme agli anziani delle proprie RSA, che hanno raccontato, corretto, ricordato e insegnato le ricette della loro vita . I cuochi hanno ascoltato, raccolto ogni dettaglio e trasformato quei racconti in un libro che custodisce molto più di una tradizione gastronomica: conserva storie di famiglia, gesti tramandati, dialetti, affetti.

Si tratta di ventisette ricette : un viaggio nella grande tradizione gastronomica italiana, riconosciuta nel mondo come patrimonio Unesco, dove ogni piatto è accompagnato da un ricordo, un aneddoto, un consiglio tramandato in famiglia o una piccola buona pratica custodita per generazioni. Ne ricordiamo qualcuna.

C'è Gianni, 81 anni, della RSA Tre Carpini in Veneto che, mentre spiega come preparare la sua Trota al Cartoccio, torna con la mente alle estati trascorse sul Piave. Ricorda il pesce appena pescato, il cartoccio chiuso con olio e sale e quel profumo che, dice nel suo dialetto, bastava da solo a



raccontare la bontà del piatto. Primo, 89 anni, invece affida al nipote William il segreto del suo minestrone. Qui l'ingrediente insostituibile è il tempo: tre ore e mezza di cottura lenta, senza fretta. Perché è così che le verdure si incontrano e i sapori diventano un'unica storia. Poi c'è Bruna, 96 primavere, della RSA Casa Mia casier di Treviso, che non può rinunciare al suo amato Coniglio in tecia.

In Lombardia, Bianca, con tutta l'esperienza dei suoi primi 100 anni, racconta il suo Risotto alla milanese piatto simbolo delle domeniche in famiglia. In Piemonte Wilma, 89 anni, ricostruisce passo dopo passo i suoi Baci di Dama. Le mandorle si compravano ancora con il guscio, si tostavano sulla stufa a legna, si sfregavano dentro un canovaccio per eliminare la pellicina e poi si tritavano rigorosamente a mano. "La fretta", ricorda, "non ha mai fatto buoni dolci."

In Liguria Teresa, 86 anni, 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, invece, l'ottantenne Eleonora racconta ai più giovani da dove nasce l'espressione "andiamo a bere un'ombra": quando i venditori di vino spostavano i banchi seguendo l'ombra del Campanile di San Marco per mantenere fresco il vino.

Sono storie che attraversano l'Italia, dal Veneto al Piemonte, dalla Lombardia alla Liguria, passando per tutte quelle cucine dove il cibo è sempre stato molto più di un pasto: un linguaggio, un modo per prendersi cura degli altri, un rito quotidiano, un'eredità da consegnare ai figli e ai nipoti. L'immagine è stata fornita da emeis Italia). Il volume è disponibile gratuitamente online sul sito di emeis Italia, come invito a riscoprire un patrimonio fatto di sapori, ricordi e gesti quotidiani:
<https://www.emeisitalia.it/wp-content/uploads/2026/09/emeis-la-cucina-della-memoria.pdf>