



Durante le cene tra amici c'è sempre, ormai, il momento in cui si parla di cose viste online nell'ultimo periodo. I social sono diventati la principale finestra di costume del pianeta e non possiamo che attingere da lì gli argomenti di conversazione una volta giunti al secondo - forse terzo - bicchiere di vino. E giù a citare profili Instagram, tiktokker e youtuber con la speranza di scoprire tendenze, novità o la cosa che vogliamo più di ogni altra: il video trash del momento.

Vuoi non trovare un profilo su cui fare analisi gastronomica? Ma certo! Lo scrittore Gianluca Nativo, per esempio, in un [articolo su Rivista Studio](#) ha raccontato il fenomeno del *food porn* partenopeo e campano su TikTok: una poesia! Noi affronteremo un fenomeno alla volta, come fossero grandi autori della letteratura del Novecento.

Nella gara goliardica su chi conosce il profilo migliore c'è sempre chi si gioca la carta di Natasha Martino - [@natashamartino su TikTok](#) - che, con costanza e pacatezza, si diverte a raccontare ai suoi oltre 700 mila followers la colazione e tutti i pasti che consuma con la sua famiglia, che è composta da lei, mamma, papà, Jenny e Salvatore, sorella e fratello minori.

Natasha ha da poco compiuto ventun anni, ha un inconfondibile accento calabro, e ogni giorno fa un resoconto video di quello che si mangia in casa.

È un susseguirsi di panini imbottiti con salumi e formaggi, rustici, pizzette e tutta una serie di cibi acquistati pronti, o quasi. C'è anche un ampio numero di piatti cucinati in casa che sembrano avere come ingrediente principale l'olio.

L'olio abbonda sempre nei piatti, soprattutto perché buona parte di questi sono fritti. Si friggono patatine, crocchette, uova, pesci, cotolette di pollo. La pasta, invece, è spesso alla carbonara, ma non mancano i primi con pesce o verdure. Fritte pure queste. Nessuno mangia mai lo stesso piatto dell'altro, tutti hanno le proprie richieste come fossero al ristorante. Bizzarro.

Non immaginatevi video di scene golose e invitanti, ma la quotidianità del cibo per la famiglia ripreso senza filtri e finzione dal telefono di una giovane ragazza. La popolarità è immediata: in pochissimo tempo Natasha ha conquistato il pubblico e



numerosi marchi si sono affrettati a inviare pacchi pieni di viveri come caramelle, mozzarelle e ovviamente i würstel che «a Salvatore piacciono tanto».

Il risultato dei video di Natasha è la cronaca gastronomica di cui non si parla quasi mai: i nuovi modi di mangiare dei nuclei familiari, in particolare quelli del Sud.

Buona parte delle famiglie svolge una vita domestica sempre meno legata ai fornelli, ha abbassato la qualità del cibo che mangia e, soprattutto, ha messo fine alla favola del Sud che mangia genuino con le donne che passano la giornata a cuocere il sugo. Sarà colpa del reddito di cittadinanza anche in questo caso? Natasha ingenuamente ci mostra tutto questo, ma i dati ce lo confermano.

Secondo un rapporto Censis del 2020 elaborato [per Casa Artusi](#), il tempo medio speso tra i fornelli da parte degli italiani è diminuito e ora siamo nella fascia che va tra i 20 e i 45 minuti, a favore di una cucina facile e composta prevalentemente da piatti unici. Scompaiono il primo e il secondo, e diventa diffusissimo l'utilizzo di surgelati e scatolame.

La cucina popolare del nostro Paese si è costruita intorno al ruolo della donna, custode del focolare. Si potrebbe pensare quindi che se oggi i tempi in cucina si sono ridotti è perché il suo ruolo non è più solo quello di madre e di moglie (di cristiana e bla bla), ma anche di una lavoratrice. Ciononostante, i dati ci dicono che il tasso di occupazione femminile nel sud Italia è tra i più bassi d'Europa, circa il 32%, a fronte del 49% in Italia e del 62% in UE (fonte Ansa 2021). Semplicemente, le donne si sono liberate dei doveri imposti da una cultura patriarcale e hanno smesso di cucinare come le loro nonne.

Intanto gli uomini hanno deciso che cucinare a casa va bene e accettano volentieri di provvedere al pasto domestico (Fonte [Doxa/Unaitalia 2018](#)).

Ma c'è anche un dato di fatto: siamo sempre più lontani culturalmente dalle preparazioni dei pasti a partire da materie prime. Ieri si faceva pasta al sugo usando farina e pomodoro San Marzano, poi siamo passati a Barilla e Pomì. Oggi siamo alla vaschetta surgelata di lasagne. Non fa una piega. Se ieri cucinare piatti pronti noteva sembrare un segno di trascuratezza verso la famiglia, oggi non frega più



niente a nessuno perché anche i più conservatori hanno capito che il tempo è un valore assai più prezioso.

Tornando a Natasha, è molto divertente osservare i prodotti con i quali cucinano in casa sua. Quasi sempre emergono marchi da discount, con predominanza di alimenti confezionati e pronti, raramente si vedono materie prime. Carne, pancetta, formaggio, bidoni di maionese, e l'immane Coca-Cola con anche le «Cipster per la nonna». Gulp! Persino il soffritto è già pronto, surgelato.

Il cibo low-cost entra sempre più prepotentemente nelle dispende delle case italiane e, secondo un rapporto [Coldiretti](#), questo è un evidente segnale di allarme sull'economia sempre più sofferta delle famiglie.

I prezzi dei prodotti alimentari sono in costante aumento, ma il potere di acquisto non cresce, in particolare nell'area del Meridione, dove la crisi economica (ma anche sociale e culturale) non ha mai accennato a rallentare. E così che i volumi degli acquisti al discount crescono del +9,5% proprio perché sempre più italiani vanno alla ricerca del risparmio.

Tutto chiaro, *meno soldi* corrisponde a *cibo qualitativamente peggiore*. Ma perché non corrisponde anche a ricette più semplici, in favore di ingredienti poveri – e probabilmente più sani – invece che alimenti elaborati, ricchi di grassi, zuccheri e sale? È difficile capire perché, nelle aree più depresse, ci sia un'alimentazione che predilige i cibi estremamente calorici.

Secondo alcuni studi internazionali, l'economia è sicuramente un fattore, ma non l'unico. Per qualche studio il fattore determinante è il livello culturale della famiglia, per altri è più una questione legata allo stile di vita (nonché al tempo a disposizione per cucinare). È molto probabile che sia un insieme di tutti questi fattori a determinare le scelte alimentari dei nuclei familiari.

A osservare un po' il panorama, è possibile che la mancata voglia di mettere sul fuoco una pentola di legumi o di preparare un minestrone partendo dalle verdure fresche sia perché si è messa la comodità come condizione primaria rispetto alla qualità di ciò che si mangia. Persino il sud Italia, che si è costruito un'identità intorno al cibo, si è stancato di dedicare ore in cucina.



E allora si recupera tempo comprando piatti pronti, aumentando le calorie, riducendo le porzioni e triplicando il volume di incarti in plastica da smaltire alla fine di un pasto consumato in dieci minuti, così da averne trenta da dedicare ai video su TikTok.

Condividi:

