

LA CULTURA DEL CIBO IN GESTI, SAPORI E TRADIZIONI

A dimostrare quanto la cultura del cibo sia profondamente radicata nella società birmana è l'antica formula di saluto, tuttora in uso, "Sà pyi bi la?" che significa "Hai mangiato?".

In Myanmar, paese ad economia prevalentemente agricola, manca un sistema d'irrigazione efficace e le coltivazioni, che si incontrano attraversando i vari Stati, dipendono prevalentemente dalle piogge. Gran parte delle persone vive di ciò che produce e frutto del lavoro dell'uomo sono gli ingredienti base dei piatti birmani - riso e pesce - che danno vita, insieme a carne e vegetali, a una cucina elaborata, caratterizzata da varietà di pietanze e curry (Hin), che accompagnano il riso, fra i più delicati di tutta l'Asia.

In Myanmar il cibo riveste un importante significato simbolico e relazionale, che trascende il semplice valore nutrizionale, entrando in stretta connessione con la spiritualità e diventando elemento di condivisione e convivialità. Nei mercati, percorrendo gli altipiani, navigando sul lago Inle e visitando villaggi e luoghi di culto, si entra in contatto con gli ingredienti della cucina birmana e con gli aspetti culturali ad essa connessi.

Nelle case i pasti sono consumati seduti su stuoie disposte intorno ad un tavolo basso e rotondo. Per tradizione, durante i pasti, il contatto con gli alimenti è diretto: il cibo si mangia con le mani, di solito la destra, mentre la sinistra è usata solo per riempire i piatti. Presso molte etnie gli uomini cucinano i cibi in occasioni rituali, lontano dal focolare domestico, al quale si dedicano le donne.

Come in molti Paesi in cui è praticato il Buddhismo Theravada, in Myanmar le famiglie cucinano il riso, bollito o al vapore, all'alba per distribuirlo ai monaci di primo mattino. Il dono del cibo ha una forte valenza comunicativa ed una grande influenza sulle dinamiche sociali.

Ed è così che, percorrendo il Myanmar, si incontrano doni di cibo, coltivazioni praticate con ritmi antichi, verdissime risaie, etnie che si dedicano all'agricoltura e alla pesca, riuscendo a strappare all'acqua giardini ed orti in cui coltivano gli elementi fondamentali della loro cucina. Un crogiolo di persone, colori e sapori uniti dall'accogliente saluto "Hai mangiato?".



MYANMAR

IL VIAGGIO

15 EMOZIONI DA VIVERE

1. Leggere "In Asia" di Tiziano Terzani e contemplare l'alba a Bagan descritta nell'opera.
2. Visitare i templi dell'area archeologica di Bagan.
3. Navigare sul lago Inle assaporandone la tranquillità e i ritmi lenti.
4. Osservare i pescatori del lago Inle e il loro singolare modo di remare simile ad una danza.
5. Recarsi alla "Golden Rock" all'alba e al tramonto per apprezzarne i cambiamenti di luce.
6. Osservare i ritmi antichi del lavoro nei campi nello Stato Shan.
7. Svegliarsi all'alba per il rito della questua dei monaci.
8. Incontrare le misteriose "Donne giraffa" di etnia kayan.
9. Passeggiare sul ponte U Bein, il più lungo ponte in teak del mondo, ad Amarapura.
10. Accettare la cortese ospitalità birmana.
11. Visitare l'imperdibile area archeologica di Mrauk U nello Stato Rakhine.
12. Entrare in contatto con la magica atmosfera dei luoghi di culto.
13. Visitare i templi a Mingun.
14. Assistere al pasto dei monaci.
15. Visitare i villaggi chin.