

# VIET NAM, SPINACI D'ACQUA E MELANZANE

UNA CIVILTÀ VEGETALE FRA STORIA E LETTERATURA

---

## INTRODUZIONE

### I. IL CIBO, SPECCHIO DEL MONDO

<i>Fra Oriente e Occidente. Cucina e arte</i> .....	5
<i>La cucina è la storia del mondo</i> .....	6
<i>Alimentazione e semiotica</i> .....	8
<i>Coltivare, mangiare e pregare</i> .....	9

### II. LA CUCINA FRA LE PAGINE DI STORIA

<i>Cibo, pensiero, diplomazia</i> .....	15
<i>Fra due mondi. Pace e amicizia in cucina</i> .....	17
<i>Elementi di cultura del cibo in Viet Nam e nella grande Storia</i> .....	19
<i>Il tempo della guerra e dell'austerità. Politica, ideologia, immaginazione</i> .....	21
<i>L'Hotel Métropole e il bunker sottoterra</i> .....	23
<i>Mangiare per sopravvivere, mangiare sottoterra</i> .....	24
<i>Insaporire la Storia. Il richiamo degli ambulanti</i> .....	26
<i>Il gusto della cultura. Libri e ristorazione</i> .....	28
<i>Mangiare e trapiantare il riso. Le stagioni nel piatto</i> .....	29
<i>Dissodare ed esportare. L'agricoltura esotica nell'Hexagone</i> .....	31
<i>Assaporare 'Les fleurs du mal'</i> .....	32

### III. LA GASTRO-LETTERATURA E L'ICONOGRAFIA

<i>Letto vuoto e pancia piena</i> .....	35
<i>All'arte non si sacrifica il lardo</i> .....	37
<i>Bulimia. La cultura salva</i> .....	39
<i>Il matrimonio fra Est e Ovest</i> .....	41
<i>Amore e coriandolo</i> .....	42

### IV. UNA TERRA ABBONDEVOLE D'OGNI COSA

<i>Balaciam, merangoli e mortadella</i> .....	47
<i>Il morso del betel</i> .....	54
<i>I contenitori di calce, il tripode e altri arnesi</i> .....	56
<i>I mercati d'Indocina</i> .....	59
<i>Artigiani e comunità rurali</i> .....	62
<i>L'acqua, la terra e le pratiche agricole. Fra mito e leggenda</i> .....	65
<i>Sentenze parallele: il crepuscolo dei calligrafi</i> .....	67
<i>L'iconografia popolare: la vita nei campi e la modernità</i> .....	69

## **V. ANTICHI SAPERI E NUOVE RISORSE**

<i>I paesaggi bioculturali e le sfide della nuova agricoltura</i> .....	73
<i>Le comunità autoctone e le terrazze di riso</i> .....	76
<i>Cibo e cerimoniali nelle regioni montane</i> .....	78
<i>Kinh, cucina, medicina, armonia</i> .....	80
<i>Il cancello delle foglie e le erboriste di Dai Yen</i> .....	82
<i>Poteri terapeutici e spiriti celesti</i> .....	83
<i>Il mondo in una zucca</i> .....	86
<i>Il corpo e la mente</i> .....	89
<i>Le Huu Trac e il Fito-Museo</i> .....	90

## **VI. RISAIE, CULTURA E CREATIVITÀ**

<i>Patria, spinaci e melanzane</i> .....	93
<i>Ingordi e rei, impuniti a tavola</i> .....	96
<i>Ebbrezza, scacchi e poesia</i> .....	98
<i>Il tè di Tu Duc e il caffè degli altopiani</i> .....	100
<i>Mangiare-amare-Viet Nam</i> .....	103
<i>Civiltà contadina, riti e linguaggio</i> .....	105
<i>L'uomo all'esterno la donna all'interno</i> .....	107
<i>Angurie, lenticchie e mit</i> .....	108

## **VII. UN GIARDINO FIORITO E PROFUMATO.**

### **ABITUDINI, FESTE E RITI IN TAVOLA**

<i>Dalla storia alla tavola: il Viet Nam vincerà</i> ... ..	113
<i>Cina e Francia nella ciotola</i> .....	117
<i>Cucina multiforme e profumo della Storia</i> .....	118
<i>Riso, legumi e fiori</i> .....	120
<i>Lanterne vegetali, graminacee dongosoniane e anime erranti</i> .....	123
<i>Doi Moi e alimentazione</i> .....	124
<i>La diaspora e la scomparsa della zuppa</i> .....	125
<i>Vietnamizzare la cucina</i> .....	127

Riferimenti bibliografici.....	147
Riferimenti sitografici .....	151
Riferimenti iconografici .....	153