

CUCINA POVERA

The Italian Way of
Transforming Humble
Ingredients into
Unforgettable Meals



BIBLIOGRAFIA

GIULIA SCARPALEGGIA

PHOTOGRAPHS BY TOMMASO GALLI

Cucina Povera | Bibliografia

Purtroppo non avevamo abbastanza pagine per includere nel libro la bibliografia completa di Cucina Povera. Sembra la solita scusa, ma la pandemia ha influito anche su questo. Il costo della carta è aumentato notevolmente e questo ci ha costretti a tagliare oltre 20 pagine (originariamente c'erano due capitoli in più).

Voglio rendere merito a quei libri che hanno ispirato la mia ricerca e mi hanno aiutata a comprendere meglio le tradizioni culinarie locali e i principi regionali di questo approccio pieno di risorse alla cucina.

Ho deciso di condividere questi libri con tutti, perché potrebbero essere un punto di partenza interessante per approfondire la cucina italiana.

Cucina Povera | Bibliografia

- Angiolina Oliveti, Acquasale e Tielle, **La Cucina Povera della Tradizione rurale calabrese**, Laruffa Editore, 2010
- Anna Lucia and Carlo Alberto Bauer, **Il Bauer. Cultura, tradizioni, ricette della cucina trentina**, Reverdito Edizioni, 2008 (*un libro che amo moltissimo. L'ho comprato una delle prime volte che sono andata in Trentino con Tommaso, ed è la fonte delle prime ricette di una cena a sorpresa che ho cucinato per lui per il suo compleanno nel 2013*)
- Stanislao Porzio, **Cibi di Strada, Italia del Nord - Toscana, Umbria, Marche**. Guido Tommasi Editore, 2008
- Damiano Lucia, **La cucina povera e contadina del lazio: appunti per un repertorio di ricette**, 2019
- Giovanni Righi Parenti, **La Cucina Toscana**. Newton & Compton Libri, 1995 (*Il mio libro di cucina preferito per le ricette toscane del senese e del grossetano*)
- AA.VV., **Grammatica illustrata della cucina italiana. Storia e ricette di 250 piatti simbolo**, Slow Food Editore, 2020 (*uno dei libri più recenti, un tesoro di ricette regionali con ottime note sulla storia delle ricette, gli ingredienti e le tecniche*)
- Massimo Montanari, **L'identità italiana in cucina**. Editori Laterza, 2010
- Massimo Montanari, **Il formaggio con le pere. La storia in un proverbio**, Editori Laterza, 2010 (*Questo brillante libretto è in grado di spiegare la*

storia del formaggio e dello scontro tra classi sociali nascosta in un detto popolare)

- AA.VV., **Biblioteca di Cultura Gastronomica. L'uso dei formaggi nella cucina della tradizione regionale**, Accademia Italiana della cucina, 2017 (*Questo e i successivi sei libri fanno parte della prolifica attività editoriale dell'Accademia Italiana della Cucina. Con saggi e ricette, scritti da esperti locali, studiosi e gastronomi, osservano le tradizioni alimentari regionali italiane - carne, formaggio, pesce, riso, verdure, cucina da cortile... - da diverse prospettive, tenendo conto della storia, del folklore e delle abitudini locali. Un'inestimabile raccolta di conoscenze e ricette*)
- AA.VV., **Gli Itinerari di Cultura Gastronomica. La Cucina delle Carni da non dimenticare**, Accademia Italiana della cucina, 2013
- AA.VV., **Gli Itinerari di Cultura Gastronomica. La Cucina del Riso**, Accademia Italiana della cucina, 2014
- AA.VV., **Gli Itinerari di Cultura Gastronomica. La Cucina del Riuso**, Accademia Italiana della cucina, 2016
- AA.VV., **Gli Itinerari di Cultura Gastronomica. L'Italia della Cucina dell'Aia**, Accademia Italiana della cucina, 2009
- AA.VV., **Gli Itinerari di Cultura Gastronomica. L'Italia dell'Orto**, Accademia Italiana della cucina, 2007
- AA.VV., **Gli Itinerari di Cultura Gastronomica. L'Italia del Pesce**, Accademia Italiana della cucina, 2006
- Carlo Petroni, **Il Libro della vera cucina toscana**, Giunti Demetra, 2016 (*Il mio libro di cucina preferito per le ricette toscane dell'area fiorentina*)

- Beppe Lodi and Luciano De Giacomi, **Nonna Genia**, Araba Fenice, 1999 (*una delle scoperte più emozionanti durante la ricerca di Cucina Povera, un bel libro con saggi interessanti e ottime ricette deliziose e sincere delle Langhe*)
- Lucia Lazari, **Odori, sapori, colori della cucina salentina in 629 ricette di ieri e di oggi**, Congedo, 1997 (*grande, grandissimo amore per questo libro che ho comprato la prima volta che ho visitato la famiglia di Tommy in Salento. È la fonte delle mie ricette salentine preferite e il modo in cui sto cercando di creare tradizioni di famiglia per Livia e Tommaso per ricordare mia suocera Lucia*)
- Gillian Riley, **The Oxford Companion to Italian Food**. Oxford University Press, 2007
- Emilio Magni, **El pancott e altre delizie: Storie e ricette perdute della tradizione brianzola e lombarda**, Mursia, 2020 (*Non conoscevo molto la cucina lombarda prima di Cucina Povera, ma questo libro mi ha permesso di comprendere meglio i principi, le tradizioni e la poesia della cucina locale*)
- Paolo Puddu, **Il Quinto Quarto**. Atesa Editrice, 2006 (*Perché il quinto quarto, le frattaglie, sono uno dei capisaldi della cucina povera*)
- Nicoletta Montemarano, **Le ricette di Nicoletta**, Arduino Sacco Editore, 2009 (*Sono un po' gelosa di questo libro, quindi considera un enorme atto di generosità il fatto che io condivida questo titolo. Questo piccolo libro contiene la maggior parte delle ricette appartenenti alla tradizione culinaria di Melfi, la città natale di mio nonno in Basilicata. Sto lentamente costruendo un repertorio meridionale grazie a questo libro.*)
- Anna Gosetti della Salda, **Le Ricette Regionali Italiane**, Solares, 2005

(questo è probabilmente il libro a cui ho fatto più riferimento per ricercare le varietà regionali della stessa ricetta e l'approccio locale agli ingredienti. Una preziosa raccolta di ricette senza tempo)

- Pellegrino Artusi, **La Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene**, Adriano Salani Editore, III edition *(Il libro che mia nonna ha ricevuto come regalo di nozze dalla sua migliore amica, e lo stesso libro che lei le ha regalato, visto che si sono sposate esattamente lo stesso giorno. Questo è probabilmente il fondamento della nostra tradizione gastronomica familiare)*
- Ada Boni, **Il Talismano della Felicità**, Editoriale Domus, 1946 *(Ho comprato un Talismano di seconda mano e mi sono innamorata delle note scritte a mano dalla nonna di qualcun altro. Questo libro, insieme all'Artusi, è stato il fondamento dell'educazione gastronomica delle famiglie italiane per decenni, e lo è ancora, per me)*
- Mariù Salvatori de Zuliani, **A Tola co i nostri veci**, La Cucina Veneziana, Franco Angeli, 2001 *(un divertente libro scritto in dialetto veneziano, una raccolta completa delle principali ricette della tradizione veneziana)*
- Renzo Bagnasco, **La vera cuciniera genovese... oggi**, Panesi Edizioni, 2017