



CUCINARE NELLA PREISTORIA

by

Florencia Inés Debandi

Il lungo viaggio del latte: dalla preistoria alle nostre tavole

Oggi parleremo di un alimento che tutti conosciamo... e che ci accompagna fin dall'infanzia: il latte. Un simbolo universale di nutrimento, abbondanza e maternità. Ma c'è un dettaglio curioso: sapevate che, in realtà, gli esseri umani non sono naturalmente predisposti a digerire il latte da adulti?

Da bambini produciamo un enzima, la lattasi, che ci permette di assimilare il latte materno. Crescendo, però, molte persone perdono questa capacità. Oggi solo in alcune parti del mondo non producono la lattasi. Nel passato, al contrario, la maggior parte degli individui perdeva con la crescita la produzione dell'enzima (lactase persistence). In poche parole: per lunghi periodi della preistoria, bere latte da adulti era quasi impossibile!

Allora come mai oggi in Europa così tante persone riescono a digerirlo?

Il problema della diffusione del consumo latte nella Preistoria e della cosiddetta persistenza della lattasi ha orientato per decenni il dibattito scientifico attorno alle modalità di sfruttamento degli animali domestici, andando oltre l'uso primario della carne per considerare prodotti come latte, lana e forza da lavoro. Sherratt (1981) attribuì un ruolo centrale alla mungitura. Consumare latte significava quadruplicare o quintuplicare il contributo proteico rispetto alla sola carne e permetteva di sfruttare greggi e mandrie in modo più stabile. Tuttavia, lui considerava plausibile che pratiche lattiero-casearie fossero già presenti nel Neolitico europeo, ma riteneva che solo dal IV millennio a.C. esse avessero assunto un carattere sistematico e intensivo, segnando così l'avvio della Rivoluzione dei Prodotti Secondari.

Oggi è riconosciuto che sin dal Neolitico iniziale (IX-VIII millennio a.C. nel Vicino Oriente, VI millennio a.C. in Europa) l'allevamento era finalizzato anche alla produzione lattiera. Il latte, lavorato e trasformato, costituì un elemento chiave delle economie preistoriche, influenzando sia le pratiche alimentari sia i processi di domesticazione e organizzazione sociale.

Ma come facciamo a saperlo? Ecco che entra in gioco l'archeologia.

Gli studiosi hanno diverse tecniche per ricostruire le abitudini alimentari della preistoria.

È possibile, ad esempio, analizzando i resti umani, cercare tracce di malattie legate al consumo di latte, come la brucellosi; oppure studiando il calcolo dentale, dove si possono trovare proteine come la beta-lattoglobulina: una prova inequivocabile del consumo di latticini!

Anche l'archeozoologia ci viene in aiuto: attraverso i resti ossei degli animali domestici è possibile capire come venivano gestiti gli allevamenti. L'età di morte degli animali permette di formulare le curve di abbattimento, che suggeriscono se fossero sfruttati più per la carne... o per il latte. Se è documentato un elevato numero di vitelli o agnelli, abbattuti nella fase di allattamento, il dato è interpretato come scelta per sfruttare le mucche e le pecore a produrre latte destinato all'uomo, non certo per la minima massa di carne.

Nel nord Italia, durante l'età del Bronzo, le analisi suggeriscono che la produzione di latte fosse davvero abbondante.

Nei villaggi vengono ritrovate grandi quantità di ossa animali delle principali specie domestiche: buoi, capre, pecore e maiali. L'analisi di questi permette di ragionare sul ruolo e l'importanza che le diverse risorse domestiche avevano nell'economia locale, sia in termini di produttività e costi sia di impatto sulla gestione del territorio. Tramite le proiezioni dei dati è possibile ottenere il presunto numero di animali viventi contemporaneamente in un abitato e, attraverso una simulazione, ipotizzare la capacità produttiva degli animali. Utilizzando queste metodologie si può dedurre che la produzione di latte in questa fase della protostoria italiana fosse decisamente abbondante.

Un'altra fonte di studio che risulta eccezionale, è il ritrovamento di veri e propri macroresti organici presenti all'interno delle ceramiche. Attraverso l'applicazione di tecniche di analisi chimica, è possibile definire con maggior precisione la funzione di un determinato recipiente. Alcune tipologie ceramiche, come ad esempio i colini, sono state correlate alla produzione di latticini, come la ricotta. Ma solo le analisi dei residui organici possono confermare o smentire che fossero legate proprio a questo tipo di lavorazione.

Il ritrovamento più antico di ceramiche con tracce di latticini appartiene al sito di Sabi Abyad (Mesopotamia settentrionale), datato ca. 6400-6300 a.C.

Tra gli strumenti ritrovati nei siti palafitticoli dell'età del Bronzo troviamo i frullini in legno, con funzione di frullare o agitare liquidi. Potevano essere usati per la preparazione del burro o come frangi-cagliata nella lavorazione del formaggio. Pensate che alcuni oggetti simili sono rimasti in uso fino a pochi decenni fa!

Dal punto di vista della funzione un recipiente molto particolare è il vaso a listello interno, un contenitore da cucina in ceramica caratterizzato dalla presenza di un listello interno subito sotto all'orlo. Il listello poteva servire come punto di supporto dove appoggiare un coperchio e con l'aiuto di corde o altri elementi si poteva chiudere il vaso.

Inoltre, grazie al rinvenimento di vasi conici, caratterizzati da diversi fori, si è ipotizzato che questi strumenti venissero impiegati per la bollitura del latte. Al momento della bollitura, la schiuma del latte raggiungeva l'apice dell'imboccatura centrale forata per poi riversarsi lungo le pareti del coperchio ed essere recuperata attraverso i piccoli fori all'interno del vaso stesso. A sostegno di questa interpretazione si possono osservare alcuni recipienti moderni che fino a qualche decennio fa si utilizzavano nello stesso modo!



Preisto-ricetta

Immagina di... preparare una ricetta semplice, gustosa e profondamente legata alla tradizione contadina.

Una preparazione che, con un po' di immaginazione, possiamo far risalire addirittura all'Età del Bronzo: le castagne secche al latte.

Un piatto povero ma ricco di energia, ideale per le fredde giornate invernali.

Gli ingredienti sono pochi e alla portata di tutti:

Ingredienti

1 litro di latte

*400 grammi di castagne secche già sbucciate
un cucchiaino di miele, per dare quel tocco dolce
in più*

La preparazione è davvero semplice!

In una olla di terracotta – o in una pentola moderna se preferite – versate il latte, aggiungete le castagne e un cucchiaino di miele.

Fate cuocere lentamente il tutto per circa un'ora, mescolando ogni tanto.

Alla fine, otterrete un piatto caldo, profumato e dal sapore antico.

Servitelo in piatti o scodelle, magari accompagnato da un po' di miele extra sopra... e il viaggio nel tempo è servito!



Curiosita'

In merito all'alimentazione nella protostoria non si può certo ignorare il caso studio del rinvenimento dell'uomo del Similaun che si è conservato, coperto dalla neve e dal ghiaccio, per oltre 5000 anni. Le analisi approfondite svolte dagli studiosi hanno svelato diverse curiosità sull'alimentazione antica. Infatti, hanno dimostrato che non aveva l'enzima della lattasi, riflettendo quella che potrebbe essere stata una situazione diffusa tra le popolazioni dell'Italia settentrionale nel IV millennio a.C.

Oggi potete ammirare questa incredibile testimonianza del passato al Museo archeologico dell'Alto Adige, a Bolzano.

Una visita che vi consiglio davvero di non perdere!

Vuoi approfondire questo tema?

Debandi, F., Maini, E. 2021. Costi e benefici degli animali. Metodi per le stime produttive e gestione dell'allevamento nell'età del Bronzo: il caso del villaggio di via Ordiere a Solarolo (RA) in IpoTESI di Preistoria, 14 (1), 75–122.

Debandi F. 2021, Sistemi di gestione economica e alimentazione nelle comunità dell'età del Bronzo con particolare riferimento all'Italia settentrionale, Bononia University Press, Collana DiSCi, Bologna.

Quercia A., 2008. I residui organici nella ceramica. Stato degli studi e prospettive di ricerca, in Uomini, piante e animali nella dimensione del sacro, pp. 209-216

Rosenstock E., Ebert J., Scheibner A. 2021. Cultured milk, Fermented Dairy Foods along the Southwest Asian-European Neolithic Trajectory, in Current Anthropology n.62/24.

Vigne J-D., Helmer D. 2007. Was milk a "secondary product" in the Old World Neolithisation process? Its role in the domestication of cattle, sheep and goats, in Anthropozoologica n.42/2, pp.9-40.