

GLI ALIMENTI DEGLI ANTICHI EBREI

Alfredo Ravenna

Durante i 40 anni di peregrinazione nel deserto sono frequenti le ribellioni del popolo per la mancanza di cibo e di acqua; ribellioni narrate in Numeri XI, 4 e segg.; XX, 4; XXI, 5. Il popolo si dimostra stanco della manna e desidera la carne, il pesce, la verdura fresca che aveva avuto in Egitto.

Di altra ribellione era stato già riferito in Esodo 16 ed era accaduta un mese appena dopo l'uscita dall'Egitto. Sembrerebbe quindi che i nostri padri fossero un popolo dedito ai piaceri della mensa ed incapaci di sopportare i disagi che comportava la vita del deserto. In realtà però, a parte il divieto di cibarsi di animali impuri di cui abbiamo parlato altre volte, altre disposizioni limitavano l'uso della carne. Sono disposizioni che se non risultano dalla Torah scritta ci sono tramandate dalla tradizione orale che è parallela alla prima ed altrettanto autentica e autorevole. Nel trattato talmudico di Hullin (7 e segg.) si danno le principali norme della shechità (macellazione rituale) dedotte da passi della Scrittura. Tale sistema di macellazione, mentre elimina il sangue dell'animale ucciso (Levitico XVII, 14), produce la morte con le minori sofferenze possibili. Come è noto, viene esclusa dalla alimentazione ebraica la parte posteriore dell'animale data la difficoltà di nettarla dal grasso e dal nervo ischiatico che sono proibiti. Tutto ciò rende naturalmente più difficile il nutrirsi di carne, la quale del resto era usata dai nostri padri solamente nelle grandi occasioni. È stato notato che i sacerdoti, i quali mangiavano spesso la carne dei sacrifici, sia per questo che per bere molta acqua e camminare scalzi, andavano soggetti a malattie intestinali, tanto che nel Tempio c'era, come diremmo oggi, uno specialista per quelle malattie (Jer. Sheqalim, 5, 3).

L'alimento principale era il pane (lehem) parola che in arabo significa invece carne, la quale costituiva per i nomadi beduini l'alimento principale. La radice laham vuol dire in ebraico «combattere» perché si combatte soprattutto la lotta per la vita. Nei tempi primitivi questa lotta doveva essere presa alla lettera perché il cibo si acquistava attraverso violenti combattimenti.

Il pane si faceva con cinque varie specie di cereali. I più comuni erano il frumento e l'orzo. Il pane veniva generalmente fabbricato in casa, macinando la farina con uno strumento a mano azionato da schiavi (Isaia XLVII, 2); qualche volta venivano adibiti a questo lavoro i prigionieri di guerra (Lam. V, 13). Nella Mishnà di Ketuvot V, 3, tra le opere femminili è messo: macinare il grano, infornare il pane ed accudire alla cucina. Il pane veniva cotto su pietre infuocate o sulla cenere ardente. Nell'epoca rabbinica esistevano mulini (Demai 3, 4) e fin dall'epoca della distruzione del primo Tempio è accertata l'esistenza di fornai (Geremia 37, 21). Per companatico oltre alla carne è ricordato il pesce di mare o di lago. A Gerusalemme esisteva una porta detta del pesce perché situata vicino al mercato del pesce (II° Cronache 33, 14). Il pesce si conservava salato. I poveri mangiavano pure le locuste. Il latte di capra e di mucca rappresentava un alimento importante, e si conservava in otri (Giudici 4, 19). Erano pure usati il burro, il formaggio ed il miele. Non è certo se si cibassero di uova che compaiono quale nutrimento abituale nell'epoca rabbinica. Si conosceva anche una specie di sciroppo di frutta (miele di frutta).

Quanto ai prodotti del suolo, essi rappresentavano il companatico più importante. Un celebre elogio della terra di Israele riportato nel Deut. (8, 5 e segg.) cita i suoi prodotti più famosi. «Il Signore Iddio tuo ti guida verso una terra buona, terra di acque e di sorgenti profonde, che escono dalle vallate e dai monti, terra di grano e di orzo, di viti e di fichi, di melagrani e di olive, terra di olio e miele, terra da cui non trarrai cibo con penuria e dove non ti mancherà nulla, dalle cui pietre trarrai ferro e dai cui monti scaverai rame. Mangerai, ti sazierai e ringrazierai il Signore Dio Tuo, per la terra buona che ti ha dato».

Erano famose per la loro dolcezza le frutta della zona di Genezaret (Berachot 44b) ed i vini molto forti che si bevevano abitualmente mescolati con acqua.

Era noto pure un liquore inebriante, shekhàr, di cui non sappiamo nulla di preciso.

Sembrerebbe dunque che con tanta delizia di beni materiali di cui era provvista la loro terra, i nostri padri dovessero essere proclivi ai godimenti materiali. Ma se fosse stato veramente così, essi sarebbero certo scomparsi come sono scomparsi i grandi imperi loro contemporanei. Certo non mancavano i gaudenti contro i quali si scagliavano spessissimo i profeti. Amos (6, 4 e seg.) inveisce contro coloro che si cibavano di pingui capretti e bevevano vini in grossi calici.

Isaia (5, 25) rimprovera gli ebrei dediti al vino e ai liquori per le dannose conseguenze morali che necessariamente ne derivavano.

Nei libro dei Proverbi si descrivono gli effetti dell'ubriachezza (XXIII, 20, 30) e si raccomanda la moderazione e la temperanza (XXV, 16, 27).

Anche i maestri dell'epoca talmudica raccomandano queste virtù. Dei benefici materiali di questo mondo, che rappresentano una benedizione del Signore, non possiamo godere se non lodandone l'Autore infinito. Il pensiero del divino che è alla base del pensiero di Israele santifica anche ciò che ci rende più buona e più comoda a vita materiale.

La benedizione prima del pasto e la preghiera di ringraziamento dopo il pasto¹ e le benedizioni sopra le varie specie di cibi², spiritualizzano i piaceri della mensa ed elevano il nostro pensiero al Creatore generoso che ha donato al mondo tante cose belle.

A questa superiore concezione della vita ed alla sua rigorosa disciplina gli ebrei devono la loro sopravvivenza attraverso i secoli e le dure vicende della loro storia.

¹ www.archivio-torah.it/libretti/bircat/traduz.pdf

² www.archivio-torah.it/ebooks/berachot.pdf