

IL CIBO DELLA BIBBIA/5

Il misterioso melograno nelle Sacre Scritture

CULTURA

10_01_2021

**Liana
Marabini**



Nella Bibbia il melograno viene menzionato per la prima volta quando Mosè manda due spie nella terra di Canaan: "Giunsero fino alla valle d'Escol, dove tagliarono un tralcio con un grappolo d'uva, che portarono in due con una stanga, e presero anche delle melagrane e dei fichi" (Numeri, 13:23).

Il frutto del melograno è il quinto tra i sette frutti indicati come prodotti in

abbondanza nella Terra Promessa: la terra donata da Dio è ricca perché...“paese di frumento, di orzo, di viti, di fichi e di melograni; paese di ulivi, di olio e di miele”. (Deuteronomio, 8:8).

Certo questo frutto dalla bellezza nascosta è misterioso di per sé: dall'apparenza intrigante, una volta aperto si offre in tutto il suo splendore: i grani rossi e lucidi, fissati nell'ovattato cuore dorato del frutto, non chiedono che di essere estratti.

Non a caso molte civiltà sono state affascinate dal frutto e lo hanno usato come elemento decorativo e come fonte di ispirazione per gli artisti. A cominciare dalla Bibbia stessa, che ce lo presenta come elemento decorativo in due passaggi, uno riferito all'abbigliamento dei sacerdoti e l'altro all'architettura: "All'orlo inferiore del manto, tutto intorno, farai delle melagrane di colore violaceo, porporino e scarlatto; in mezzo a esse, tutt'intorno, porrai dei sonagli d'oro: un sonaglio d'oro e una melagrana, un sonaglio d'oro e una melagrana, sull'orlo del manto, tutto intorno" è scritto nell'Esodo 28: 33-34. E poi: "Fece melagrane su due file intorno al reticolato per coprire i capitelli sopra le colonne; allo stesso modo fece per il secondo capitello. I capitelli sopra le colonne erano a forma di giglio. C'erano capitelli sopra le colonne, applicati alla sporgenza che era al di là del reticolato; essi contenevano duecento melagrane in fila intorno a ogni capitello. (1RE, 7:18-20).

Simbolo di fertilità e di bellezza, il melograno viene citato diverse volte anche nel Cantico dei Cantici: "Ti condurrei, ti introdurrei nella casa di mia madre; tu mi inizieresti all'arte dell'amore. Ti farei bere vino aromatico e succo del mio melograno" (Cant. 8:2). Oppure: "Le tue labbra somigliano a un filo scarlatto, la tua bocca è graziosa; le tue gote, dietro il tuo velo, sono come un pezzo di melagrana". (Cant. 4:3).

Infatti, in molte civiltà e tradizioni, la melagrana è fortemente legata alla seduzione e al matrimonio, dato che i grani del frutto ricordano l'abbondanza e la fecondità. Ancora oggi in Grecia è usanza rompere una melagrana durante i matrimoni, come augurio di discendenza numerosa. In Turchia, la sposa getta il frutto a terra e i semi che si staccano sono un presagio del numero di figli che avrà.

Nella mitologia greca e romana la melagrana è un frutto proibito, simbolo della morte e della rinascita: è rappresentata da Persefone (o Proserpina) figlia di Demetra e Zeus che, rapita e sposata con l'inganno da Ade (Plutone per i Romani), signore degli Inferi, viene punita e costretta a vivere in Inferno sei mesi all'anno, proprio per aver gustato sei semi di melagrana.



e iniziò a comparire nei dipinti di tipo sacro, per poi svilupparsi durante il Rinascimento italiano come elemento decorativo nei tessuti, nei mosaici, nell'architettura e soprattutto nella pittura. Il quadro più rappresentativo è la *Madonna della melagrana* di Sandro Botticelli, un dipinto del 1487 eseguito su commissione e presente oggi a Firenze, nella Galleria degli Uffizi.

Sempre di quel periodo data il meraviglioso *Ritratto di giovane dama dal profilo sinistro*, attribuito a Piero Benci, detto il Pinturicchio, dipinto databile tra il 1470 e il 1475, dove la signora raffigurata indossa una preziosa veste ricamata con melegrane.

Nel XIX secolo Dante Gabriel Rossetti esegue numerose varianti del *Ritratto di Persefone*, di cui forse l'ottava versione è la più famosa, eseguita nel 1882 e facente parte della collezione della città di Birmingham.

Ai nostri giorni, segnaliamo Rubik Kocharian e il suo *Cesto di melegrane*, esposto all'Armenian Museum di Fresno, California. E qui dobbiamo aggiungere che gli Armeni sono molto familiarizzati con il melograno, in quanto è il simbolo dell'Armenia, un Paese di antica cristianità, che si considera "la Patria del melograno" (infatti hanno molte ricette, dolci e salate a base di melagrana).

Anche il popolo ebraico è fortemente legato alla simbologia della melagrana. I grani presenti all'interno del frutto hanno diverse simbologie: rappresentano il numero delle virtù di una persona oppure, essendo 613, corrispondono ai 613 comandamenti della Torah. Inoltre, il melograno è anche simbolo di fratellanza, abbondanza e prosperità. La liturgia ebraica, in occasione della festa di Rosh ha-shanah (ראש השנה) - Capodanno -, prevede il consumo di alcuni alimenti simbolici, che si accompagna con preghiere di buon augurio per il nuovo anno. Tra questi cibi vi è la melagrana, su cui la benedizione recita: "I nostri meriti siano numerosi come i semi della melagrana".

Ma questo squisito frutto viene usato in cucina tutto l'anno e non solo nella gastronomia ebraica o armena. Diversi popoli hanno numerose ricette a base di melagrana. Cominciamo dal continente americano, dove il melograno fu portato nel XVI secolo dai colonizzatori spagnoli. Fatto insolito e "controcorrente", in quanto la tendenza era inversa: la gastronomia europea è stata "colonizzata" dagli ingredienti provenienti dalle Americhe (patate, mais, pomodori, cacao, tacchino, farafona, peperoncino ecc. ecc.), invece il melograno ha fatto il viaggio inverso. E così troviamo in Messico il *guacamole* di melagrana, in Georgia (USA) il tacchino ripieno di melagrana, in Louisiana la *jambalaya* con gamberi e melagrana, in Florida ostriche al forno con la melagrana, a New York il succo fresco di melagrana, in Perù *ceviche* di aragosta con melagrana, in Bolivia *El picante de pollo*

con riso e melagrana, in Guatemala *Hilachas* con melagrana e in Brasile *Moqueca baiana*, uno stufato di pesce con melagrana.

In Europa troviamo diversi piatti a base di melagrana. In Ungheria una squisita insalata di finocchio, indivia e melagrana è un ottimo antipasto. In Germania l'oca arrosto con salsa di melagrana è un piatto di festa. In Romania troviamo la carpa al forno cotta con cipolla e gambi di aneto e servita cosparsa di grani freschi di melagrana. In Grecia la variante classica di *Pligourisalata* (insalata di bulgur con pomodori, prezzemolo, cipolla, olio d'oliva e succo di limone) nei ristoranti "chic" è stata arricchita dalla melagrana. In Francia servono un cocktail di champagne con succo di melagrana.

Mentre in Italia, fin dal Rinascimento, la melagrana era utilizzata in cucina su larga scala. Al matrimonio di Beatrice d'Este con Ludovico il Moro, il 29 dicembre 1490, su 87 portate servite agli ospiti, più della metà avevano nella loro composizione del succo, dei grani, dei ripieni, delle marmellate o delle salse, a base di melagrana. Nella cucina contemporanea italiana troviamo pasta, risotti, pesce, carne, dolci, a base di melagrana.

La melagrana è usata, oltre che per riti religiosi, nelle ricette di festa, come decorazioni di tessuti o elementi architettonici, nei dipinti e nei mosaici, anche come rimedi medici. Ricco di qualità antiossidanti (perché pieno di vitamina C) e di numerosi fenoli (tra i quali citiamo l'acido gallico, granatina, punicalcortina, punicalcolina, punicalina, delphinidina ed altri ellagitannini particolarmente attivi contro i radicali liberi), il frutto del melograno contiene anche acido punico, particolarmente efficace come inibitore del cancro al seno. Oltre alla vitamina C, è ricco di vitamina K e delle vitamine del gruppo B, A ed E.

Tutti questi sono motivi sufficienti per non passare indifferenti vicino a questo frutto così ricco di simboli, di gusto e di utilizzi: nutrimento per lo spirito ed il corpo, così magistralmente descritto da Giosuè Carducci nel suo poema *Pianto antico*: L'albero a cui tendevi / la pargoletta mano, / il verde melograno / da' bei vermigli fior...