

Sayaka Miyamoto

[Giappone]

LA FORZA DEGLI UDON

Agli occhi dei miei amici e amiche, io appaio sempre piccola, minuta. Dopo aver vissuto in Italia per ventisette anni, ho capito che qui ci si rivolge così agli amici più intimi, ai partner, e soprattutto alle donne. Per una sorta di affetto dunque, ma nel mio caso è diverso. Per loro io sono “piccola” proprio per le dimensioni reali del mio corpo.

«Sayaka è magra e piccola».

Sì, lo sono effettivamente, non ho il seno rotondo e i glutei formosi di molte donne qui, ma sono alta 163 cm e quando mi guardo intorno su un autobus affollato, per esempio, non mi pare ci siano tante donne più alte di me.

Dopo avermi così inquadrata, di solito le persone giungono alla conclusione che io mangi poco, “come un uccellino”. Non importa quanto insisti che non sia così e che, nonostante abbia quasi sessant’anni e la digestione rallentata, continuo a mangiare più della maggior parte delle donne e peggio di molti uomini. Il mio ex marito, un cuoco, che anche a casa preparava gli spaghetti al pomodoro più deliziosi del mondo, o un ottimo risotto allo zafferano; quando riempiva i piatti per la nostra bambina, per me, e per sé, succedeva che ne mettesse di più nel suo. Allora, afferravo al volo quel piatto e lo mangiavo di gusto. Ora quella bambina ha ventitré anni, è più alta di me, ma io continuo a mangiare sempre più di lei. Sono arrivata in Italia per studiare cucina italiana, quindi poter mangiare molto è un vantaggio assoluto.

Mi ricordo che, da poco in Italia, una sera ero in pizzeria con una amica, compagna della scuola di cucina che frequentavo, la quale mangiava pure tantissimo, e dopo aver finito entrambe una pizza intera, ordinammo due bistecche. Ricordo ancora l’espressione sorpresa sul volto del cameriere.

Non solo mangio grandi quantità di cibo, ne sono anche ossessionata. E soprattutto, posso affermare che la mia ossessione per il cibo è la forza motrice che mi fa vivere in Italia da così tanti anni.

Qualche tempo dopo essere arrivata a Torino, ho iniziato a vivere in un appartamento vicino a piazza Castello e a frequentare il mercato di Porta Palazzo, uno dei più grandi mercati all’aperto d’Europa. Le pile infinite di verdura e frutta di tutti i colori e di tutte le forme, mescolate all’odore di acciughe, olive salate, formaggio e salame, e alle voci allegre dei venditori con il loro forte accento del sud Italia mi rallegravano.

Quando facevo per la prima volta la spesa in una bancarella, venivo quasi sempre convinta a comprare mezzo chilo di arance, per poi scoprire che erano guaste. Ma man mano che conoscevo meglio i venditori, e riuscivo a ordinare in italiano, mi dicevano: «Compra questo, è molto più fresco e saporito», mi facevano uno sconto, o se si trattava di una verdura rara, mi davano la ricetta per cucinarla. Queste piccole conversazioni e la spesa quotidiana, mi davano la sensazione di essere diventata italiana e mi piaceva così tanto che andavo al mercato più volte alla settimana.

Un giorno sono uscita per comprare delle pesche gialle, croccanti, ma morbide, dal sapore agrodolce.

Avevo sempre voglia di mangiarle. In Giappone sono molto comuni le pesche bianche, ricordo che mia nonna le addentava in estate, grondanti di succo delizioso. Però non avevo mai mangiato delle pesche gialle e me ne sono completamente innamorata.

Andavo ripetutamente a comprarle, mangiarle, comprarle e comprarle di nuovo.

Quel giorno tuttavia erano improvvisamente scomparse.

«Perché sono fuori stagione» mi disse il fruttivendolo. «Che ne dici di questi fichi? Sono dolci e molto gustosi». Ero molto delusa.

Nei supermercati di Tokyo, dove sono nata e cresciuta, si vende tutto l’anno una grande varietà di

frutta. Certo, le pesche sono raramente vendute in inverno, ma essendo abituata a trovare frutti fuori stagione importati da tutto il mondo, sono rimasta sinceramente sorpresa nel vederle scomparire improvvisamente dal mercato torinese. Lì vendevano solo frutta e verdura locali, in accordo con il ciclo naturale. Anni dopo, mi sarei resa conto di quanto sia una cosa meravigliosa. In quel momento però ero ignorante, e volevo comunque deliziarmi di quelle pesche gialle.

Per giorni e giorni ho desiderato, oh, quanto ho desiderato, avere di nuovo quella frutta!

Per questo decisi di rimanere qui fino alla stagione delle pesche dell'anno seguente. Non ho detto a molte persone che sono finita a vivere in Italia a causa delle pesche, perché potrebbero pensare che sia un'idiota. Certo, c'erano molte altre ragioni, ma anche quel motivo ha contato parecchio. Le verdure di stagione come carciofi, topinambur e barbabuc mi hanno incoraggiata a rimanere a Torino, stagione dopo stagione.

In questi ventisette anni, mi sono sposata, ho avuto un tesoro che ho chiamato Sara, e ho lavorato duramente per crescerla.

Poi ho dovuto cremare e sotterrare nel giardino di casa le mie amatissime micie che erano venuti dal Giappone con me. La perdita di queste due gatte connazionali, è stata davvero triste, come se avessi perso un pezzo di Giappone.

Come se non bastasse, nell'inverno del 2022, mi è stato riscontrato un cancro maligno al seno.

Il trattamento è iniziato immediatamente. Il piano terapeutico prevedeva di sconfiggere prima il tumore con la chemioterapia, per poi ricorrere all'intervento chirurgico. Fortunatamente non ho provato dolore, ma gli effetti collaterali della chemioterapia mi hanno reso una persona malata. Mi sono caduti i capelli, ho perso molto peso perché a causa della nausea non mangiavo. Per un lungo periodo ho avuto febbre, nessuna energia per scrivere articoli, quindi non facevo altro che stendermi sul divano letto e guardare Netflix.

Un giorno, stordita dalla febbre, stavo guardando la serie *The Makanai; Cooking for the Maiko House*. La protagonista è una ragazza di una cittadina rurale del nord del Giappone che inizia l'apprendistato a Kyoto per diventare *maiko*, ovvero un'apprendista geisha. Ci rinuncerà presto però, per mancanza di talento, ma in compenso scopre di essere molto abile in cucina. Così inizia a cucinare per le sue compagne *maiko* delle deliziose pietanze. L'episodio di quel giorno riguardava la protagonista e la sua migliore amica, a letto con la febbre.

Per tirarla su, decide di cucinarle gli *udon*, spaghetti di grano giapponese, nel brodo tipico di Kyoto. Gira per tutta Kyoto per comprare gli ingredienti, prepara un brodo dorato di *dashi* con spaghetti bianchi, tofu fritto dolce e salato, cipollotti tritati di un verde brillante, e un vapore finale che traspare come luce. Per la sua bellezza e i ricordi suscitati, non ho resistito e mi è venuta voglia di mangiarli.

Poiché quel giorno nessuno dei miei familiari era in casa, mi alzai e decisi di preparare i miei *udon*. Avevo gli spaghetti giapponesi e del *dashi* nello scaffale di casa. Avevo anche il tofu fritto, e le parti verdi dei cipollotti tritati che tenevo nel congelatore. Il problema è che avevo la febbre e mi girava la testa, ma la voglia di mangiare era molto, molto più forte.

Sbuffando e sbuffando, appoggiata al fornello, preparavo il brodo per gli *udon*, cuocevo il tofu fritto e lo condivo con i cipollotti verdi. Alla fine è venuto così buono che mi sono quasi spuntate le lacrime agli occhi. Stranamente, dopo aver mangiato, mi sono accorta che la febbre stava scendendo. Da quel giorno, il tipico effetto collaterale della chemioterapia, sentirsi male e non riuscire a mangiare, ha smesso di verificarsi e ho iniziato a sentirmi sempre meglio.

Si dice spesso che quando si è malati si sente la mancanza del sapore familiare del proprio paese di provenienza. È stata comunque una vera sorpresa, essermi sentita così bene dopo aver mangiato quel piatto, come se fosse una fiction televisiva.

Mi dicevo: "Quando si va all'estero bisogna mangiare la cucina del posto; si deve assaporare il vero gusto del paese per conoscerlo a fondo", ma la verità è che facevo finta di stare bene escludendo il cibo della mia tradizione.

Se è così, dovrei rilassarmi un po' di più, prendermi meno sul serio e nuotare liberamente nel mare

della cultura della mia patria, il Giappone, e della mia seconda patria, l'Italia. Mentre mangio vigorosamente la bagna cauda o gli agnolotti, mi sposto dall'altra parte e godo del brodo giapponese, che mi riscalda il corpo dal fondo dello stomaco. Penso che sarebbe divertente non avere una doppia personalità, ma essere una persona con doppia cultura.

Pensando a questo, ho fatto un respiro profondo e mi sono detta che d'ora in poi devo cercare di mantenermi in salute. Perché se ammalandomi riesco ad accettare solo il sapore del mio paese di nascita, finirei per chiudermi sempre più. Invece vorrei essere sempre aperta, sia con gli occhi che con la mente, senza provare troppa malinconia per il Giappone.

Tuttavia, a volte penso che non sia una cattiva idea prendersi un raffreddore ogni tanto, e stare a letto per uno o due giorni, se il sapore caldo e nostalgico degli *udon*, come quelli di quel giorno, ci regala la forza di vivere.