

### **A tavola con gli Antichi: la storia del gusto in scena ad Agrinatura**

#### **Quattro laboratori organizzati dall'Azienda Agricola Biologica San Damiano**

##### **per riflettere sulla corretta alimentazione e sugli stili di vita sostenibili**

**Erba, 17 aprile 2015** – Un viaggio nella **storia del gusto** e delle **abitudini alimentari europee** che affonda le proprie radici nel **rapporto con la terra e con i suoi prodotti** sarà riproposto, nelle tre giornate di Agrinatura, dall'**Azienda Agricola Biologica e Fattoria Didattica San Damiano** di Cantù, allo scopo di coinvolgere i bambini e le loro famiglie in laboratori ludico-didattici imperniati sui valori della sostenibilità ambientale e del consumo consapevole.

Si parte **venerdì primo maggio**, a partire dalle ore 10.00, con il gioco di ruolo **“lo sono un agricoltore”**, durante il quale i partecipanti saranno chiamati a calarsi nei panni di un contadino degli anni Duemila e ad interrogarsi sulle scelte più opportune da compiere: le diverse opzioni, che includeranno l'agricoltura biologica come la coltivazione intensiva, la raccolta meccanica o manuale, fino al prezzo da attribuire ai prodotti, saranno analizzate insieme alle conseguenze che comportano sulla vita dell'uomo e degli animali. Nel pomeriggio, dalle 15.00 alle 17.00, tema centrale del laboratorio **“La mia piramide alimentare”** sarà invece il corretto equilibrio fra i principi nutritivi, spesso sottovalutati nella spesa quotidiana ma essenziale per uno stile di vita sano: all'interno di un mercato simulato, i partecipanti saranno chiamati a scegliere i prodotti alimentari che, a loro avviso, meglio rappresentano una dieta bilanciata.

«Come Expo indagherà il rapporto uomo-cibo, allo stesso modo, nel nostro piccolo, proporremo laboratori imperniati sul **legame indissolubile fra i prodotti della terra e un'alimentazione sana** – dichiara Sonia Montorfano, titolare dell'Azienda Agricola San Damiano-. Da qualche tempo, tra l'altro, ci stiamo avvalendo della collaborazione di due archeologi per ricostruzioni storiche educative rivolte ai bambini della fattoria didattica».

Il laboratorio **“Dalla cucina alla tavola: il pane nel Mondo Antico”**, proposto nell'arco della mattinata di sabato 2 maggio, mostrerà ai bambini le tecniche di panificazione usate nell'antichità, insistendo sul profondo significato simbolico e culturale di questo elemento, pietra miliare della tradizione gastronomica mediterranea. Nel pomeriggio, sempre su questo *leitmotiv*, sarà imperniata l'attività ludico-didattica **“A tavola con gli Antichi: il banchetto greco-romano”**, durante la quale ci si confronterà con usanze alimentari ormai desuete ma fondamentali per comprendere l'evoluzione del gusto nella società occidentale: in particolare, saranno proposti accostamenti di piadine e miele, pane azzimo, pasta di acciughe, torte di ceci e succo d'uva, antenato del vino particolarmente in voga in epoca greco-romana.

#### **Scheda tecnica**

**Dove:** Erba (CO)

**Quando:** da venerdì 1 a domenica 3 maggio 2015

**Orari:** dalle ore 9.30 alle ore 19.00