

## Il progetto Garum [Baroni]

**Baroni, Mattia (2024). Il progetto Garum: una ricetta in latino più attuale che mai. Ars docendi, 20, settembre 2024.**

*Mattia Baroni, after many, many international experiences and a highly interesting education in electronics and telecommunications, is currently head chef in Bad Schörgau in the Sarntal Valley (South Tyrol) and has reinvented the garum for the 21st century - an exciting journey through time.*

*Mattia Baroni, nach vielen, vielen internationalen Erfahrungen und einem hochinteressanten Ausbildungsweg über Elektronik und Telekommunikation aktuell Chefkoch in Bad Schörgau im Sarntal (Südtirol), hat das Garum für das 21. Jahrhundert neu erfunden – eine spannende Zeitreise.*

Devo ammettere che sono a disagio nello scrivere un articolo cercando un nesso con il latino. Non ho mai avuto la vocazione per le materie umanistiche, come non l'ho mai avuta per le lingue straniere, e tra le materie scientifiche che meno prediligo ci sono chimica e microbiologia. Trovo molta ironia nelle cose, inclusa la mia vita, infatti sono felicemente sposato con Sandra che è di madrelingua tedesca, per via dei diversi interventi che mi trovo a fare e per i vari impegni lavorativi parlo più spesso inglese che italiano e sono anni ormai che fermento, dove fermentare non è altro che chimica e microbiologia applicata alla trasformazione del cibo. In aggiunta, il progetto più interessante nel quale lavoro è l'ideazione di re.GARUM che mi è venuta leggendo un libro di Apicio.

Non è stato del tutto casuale, adoro leggere, e leggo di tutto. Era un periodo in cui leggevo morbosamente tutto quello che è mai stato pubblicato sulle fermentazioni e su pratiche ancestrali di trasformazione. Apicio, inaspettatamente, è stato uno dei più illuminanti. In un periodo storico dove mancavano 1800 anni prima della scoperta dei microbi, di più ancora per scoprire i gas effetto serra, probiotica, prebiotica e nutraceutica, come si è riusciti a sviluppare un prodotto come il garum e a capirne l'importanza fino a creare dei sistemi di produzione e trasporto per poter soddisfare le esigenze di tutto l'impero romano?

I garum erano un condimento universale, lo utilizzavano come noi oggi il sale ma comprendendone anche le incredibili potenzialità nutrizionali e nutraceutiche. Apicio scrisse ricette precise su come produrre garum in sicurezza alimentare e addirittura ricette per quale garum produrre e consumare al fine di alleviare e curare diversi dolori o malattie. I garum venivano portati in guerra sfruttando i loro valori nutrizionali ineguagliabili e la capacità di assimilare più nutrimento grazie agli enzimi contenuti. In aggiunta, i garum erano una

risposta funzionale alla mancanza di trasporti refrigerati e un metodo per trovare applicazione a tutti i tipi di scarti di pesce che venivano a generarsi come teste e lische o sangue di tonno.

Quindi quando in Garum Project siamo definiti pionieri e rivoluzionari mi sento un po' a disagio in quanto non lo trovo molto veritiero. Tutto quello che è stato fatto, e su cui tutt'ora lavoriamo, sta nel modo in cui questa pratica antica viene reinterpretata e adattata al contesto contemporaneo. Il nome "Garum" non è stato scelto a caso: esso evoca immediatamente un legame con il passato, creando un ponte tra le antiche tradizioni culinarie e le moderne tecnologie di produzione alimentare.

Ciò che rende il Garum così rilevante oggi è la sua capacità di affrontare molteplici sfide contemporanee. In un'epoca in cui lo spreco alimentare è diventato una preoccupazione globale, il progetto Garum si distingue per il suo approccio. Trasformando, sottoprodotti e ingredienti considerati esteticamente non conformi, in condimenti ricchi di sapore, re.GARUM rappresenta in forma pratica il concetto di economia circolare nel settore alimentare.

In essenza, il progetto Garum incarna una filosofia che va oltre la semplice produzione di condimenti, rappresenta un nuovo modo di pensare al cibo, dove nulla va sprecato e ogni ingrediente ha il potenziale per diventare qualcosa di straordinario. È un invito a rallentare, a rispettare il tempo necessario per la fermentazione e a riconnettersi con i ritmi naturali anche nella produzione alimentare.

Questa fusione di antico e moderno, di tradizione e innovazione, non solo arricchisce le nostre tavole con sapori complessi e profondi, ma ci spinge anche a riflettere sul nostro rapporto con il cibo e l'ambiente. Il Garum, nella sua incarnazione contemporanea, ci ricorda che le soluzioni alle sfide attuali possono spesso essere trovate guardando al passato con occhi nuovi, reimmaginando pratiche antiche per un futuro più sostenibile e saporito.

Tutta questa evoluzione, fino al re.GARUM che troviamo in bottiglia, non è stata casuale, ma piuttosto una risposta consapevole alle crescenti preoccupazioni che come società stiamo affrontando.

L'ispirazione per questo progetto affonda le sue radici nella storia, nella scienza, nella politica e nella sociologia. Non si tratta solo di recuperare tecniche di fermentazione dimenticate, ma piuttosto di creare una interconnessione efficace alla conoscenza che abbiamo accumulato nei millenni di storia umana.

Può sembrare esagerato, ma per spiegare come siamo riusciti a contestualizzare in una forma unica i garum che produciamo ora da quelli che troviamo nel "ricettario" di Apicio devo partire da molto lontano.

Vorrei iniziare parlando di prospettive e dell'impatto che un semplice cambiamento di prospettiva può avere. Ve lo racconterei con una storia:

Circa cento anni fa, all'età di 23 anni, un giovane di nome Werner sedeva nel cuore della notte su una spoglia isola del mare del nord, Heligoland, guardando l'alba perché non riusciva a dormire. Era un fisico teorico che studiava nuove teorie che all'epoca cercavano di capire perché un elettrone saltasse da un'orbita di Bohr all'altra in modo discreto. Il dibattito accademico di allora si concentrava su teorie come gli universi paralleli e altre idee più fantasiose che solida scienza.

Fu in questa strana situazione su quest'isola solitaria che Werner, comunemente noto come Heisenberg (uno dei principali pionieri della teoria della meccanica quantistica), ebbe un'idea semplice, forse troppo semplice per sembrare geniale.

L'idea era di concentrarsi solo sulle relazioni tra entità, ma limitandosi alle relazioni che possiamo osservare. Questa semplice idea è stata definita da molti, Einstein incluso, come l'idea più brillante dell'umanità.

Sorge allora una domanda ovvia: come può essere l'idea più brillante dell'umanità e allo stesso tempo qualcosa di così ovvio e di facile comprensione? Se ci pensiamo, invece di teorie fantastiche, Heisenberg diceva semplicemente di osservare e descrivere. L'idea era solo un cambiamento di prospettiva, una nuova prospettiva. Un cambiamento rivoluzionario che ha portato a nuovi campi di conoscenza: fisica quantistica, cosmologia quantistica, teletrasporto quantico, giusto per nominarne alcuni.

La quantità di conoscenza che siamo stati in grado di accumulare durante il XX secolo è di gran lunga superiore alla somma di tutti gli altri secoli messi insieme. Siamo in una fase unica della nostra storia di uomini: mai prima d'ora abbiamo avuto tali conoscenze e potenzialità, e mai prima d'ora abbiamo avuto una tale consapevolezza delle grandi sfide che stiamo affrontando (cambiamento climatico, perdita di biodiversità, emissioni di gas effetto serra).

Se pensiamo che teniamo in tasca un telefono cellulare che contiene miliardi di volte più capacità computazionale di quella che ci è servita per atterrare sulla luna 50 anni fa, sorge una domanda provocatoria: se ci confrontassimo con il giovane Werner di 100 anni fa su quell'isola, con le conoscenze e il potere che abbiamo oggi, cosa siamo stati in grado di fare? Come ci siamo evoluti? Come siamo migliorati, se effettivamente lo abbiamo fatto?

Credo che abbiamo un estremo bisogno di una nuova prospettiva, una migliore comprensione del posto che occupiamo, come umanità, nell'universo.

Un semplice cambiamento di prospettiva può portare a grandi cambiamenti e la storia ne ha molti esempi.

Per citarne uno, parliamo del rinascimento. Iniziò come un cambiamento in conflitto con il Medioevo. Fu un semplice cambiamento di prospettiva che possiamo ricondurre a una sola parola: curiosità. La curiosità durante il Medioevo era un'espressione di opposizione alle antiche scritture, alla Bibbia e i comandamenti della Chiesa Cattolica. Gradualmente, la

curiosità divenne un modo naturale di comportarsi. Le persone iniziarono a fare domande e a presumere che fosse possibile una comprensione completa dell'universo. C'era il desiderio di raggiungere nuove profondità nella conoscenza, il libero pensiero fu permesso e nacque la curiosità analitica, diventando rapidamente la strategia di pensiero dominante. Il pensiero analitico si basa sull'idea che tutto possa essere spiegato come relazioni di causa ed effetto. Così, partendo da un cambiamento di prospettiva, partendo dalla curiosità, nacque il pensiero meccanicistico.

Il pensiero meccanicistico è un approccio funzionale, comprendere la meccanica delle cose è importante. Se pensiamo alla medicina, comprendere sempre meglio la meccanica del corpo umano ci ha permesso di migliorare lo stato dell'arte fino a poter fare ciò che i medici fanno ora. Un unico approccio meccanicistico è allo stesso tempo funzionale e limitante, non tutto è riconducibile ad un funzionamento lineare di causa ed effetto, si possono perdere di vista le relazioni che esistono all'interno di un sistema e le interazioni che legano tra di loro diversi altri sistemi ad esempio.

Alcune tra le menti più brillanti del nostro tempo, da Nicolescu, Gibbs, Scheringer, Bernstein, Hager Ben Jaffel, Beckett e altri, introdussero un ulteriore cambiamento di prospettiva che conosciamo con il nome di transdisciplinarietà e che possiamo un'altra volta ricondurre ad una sola parola: oltre.

L'idea transdisciplinare è quella di combinare tutti i campi della conoscenza partendo da una singola disciplina, passando per la multidisciplinarietà, che è l'atto di stabilire una comunicazione unidirezionale tra 2 o più discipline per arricchire la prima disciplina con nuove conoscenze. Coerentemente, l'interdisciplinarietà è l'atto di stabilire una comunicazione bidirezionale tra 2 o più discipline per arricchire entrambe le discipline con nuove conoscenze. La transdisciplinarietà è più di una nuova disciplina o la relazione tra più, è "un modo diverso di vedere il mondo che è più sistemico e olistico".

La transdisciplinarietà è l'idea di partire da una disciplina, coinvolgendo altre discipline con l'idea di una crescita reciproca, ma lo scopo effettivo è creare un impatto che vada ben oltre le discipline stesse. Andare oltre potrebbe essere semplice come un impatto sulla società, per esempio.

Se siete riusciti a leggere fino a qui vi starete chiedendo come tutto questo racconto che saltella da destra e sinistra ha nulla a che vedere con i garum. E il fatto è che per sviluppare l'idea dei garum siamo dovuti andare in cavilli microbiologici, facendo leva su parametri non spesso utilizzati. Era proprio in questi momenti di "iperspecializzazione" che abbiamo cercato di mantenere una visione il più completa possibile. I garum sono innovativi in microbiologia, in una scala microscopica, ma cercano di ridurre il riscaldamento globale che è dovuto per un 40% alle emissioni di gas serra prodotte dal sistema alimentare altamente disfunzionale che abbiamo costruito negli ultimi 50 anni. Con i garum parliamo di cibo e gusto introducendo sul mercato un prodotto che può essere visto come integratore di nutrimenti essenziali altamente biodisponibile e utile per il nostro microbioma. Cerchiamo di veicolare nuovi paradigmi produttivi e di sostenibilità effettiva ma dai supermercati.

Riassumendo quindi, agiamo in una micro-scala microbica per risolvere problemi macroscopici come il clima globale, parliamo di gusto per migliorare la nostra salute e di nuovi paradigmi produttivi da leggere su un'etichetta di un prodotto che troviamo negli scaffali di un supermercato.

A mio avviso i garum sono un oggetto trans-disciplinare unico nel suo genere che racchiude così tante risposte in una bottiglietta che quasi non sembra vero, e quello che trovo più buffo in assoluto è che Apicio lo aveva già raccontato solo 2000 anni fa:

### **Scopri re.GARUM: Rivoluziona il Sapore, Riduci gli Sprechi**

Trasforma la tua cucina e contribuisci a un futuro sostenibile con re.GARUM - una linea innovativa di condimenti ricchi di umami versatili come il sale, ma infinitamente più ecologici.

#### **La Differenza introdotta da re.GARUM:**

1. **Sostenibilità in Ogni Goccia:** Riutilizziamo i sottoprodotti alimentari (prodotti esteticamente non conformi alle richieste del mercato) per creare condimenti naturali potenti, affrontando di petto lo spreco alimentare.
2. **Potenzia l'Umami:** La nostra gamma diversificata di sapori offre ricchi boost di umami che esaltano qualsiasi tuo piatto.
3. **Versatilità Ridefinita:** La linea re.GARUM presenta cinque gusti distinti:
  - Veggie
  - Chicken
  - Fish
  - Milk - sostituisce il sapore di formaggi stagionati
  - Beef
  - In arrivo: Asparagi, Funghi, Carciofi e molti altri...
4. **Attento alla Salute:** Senza additivi, basso contenuto di sale e ricco dei benefici degli alimenti fermentati, re.GARUM supporta un microbioma sano mentre esalta il sapore.
5. **Economia Circolare:** Ogni bottiglia di re.GARUM sostiene un sistema alimentare più sostenibile. Abbiamo già risparmiato 250.000 kg di sprechi alimentari - e questo è solo l'inizio.

#### **Appena arrivato sul mercato, ma già un vincitore**

- Top Innovation Anuga 2023
- Internorga Zukunftspreis 2024
- CEFood Cycle Award 2024

#### **Come Usare re.GARUM:**

Scegli semplicemente il tuo sapore re.GARUM preferito e aggiungi alcune gocce ovunque useresti il sale o hai bisogno di un boost di sapore:

- Spruzzalo sulle verdure arrosto per un ulteriore strato di bontà saporita.
- Mescolalo in zuppe e stufati per un sapore più profondo e ricco.
- Marina carni o tofu per un'esperienza di gusto unica che esalta il meglio dei tuoi ingredienti.
- Aggiungi un pizzico alle tue salse per quel perfetto tocco di umami.

### **Unisciti alla Rivoluzione del Sapore:**

re.GARUM non è solo un prodotto; è un movimento verso un'alimentazione più sana e sostenibile. Sperimenta oggi il futuro del sapore mentre crei un positivo impatto sull'ambiente.

**Transform your kitchen.**

**Elevate your cooking.**

**Reduce food waste.**

**Choose re.GARUM.**

**We REthink, we REdo, we Repurpose, we re.GARUM.**

[www.garumproject.com](http://www.garumproject.com) | [info@projectgarum.com](mailto:info@projectgarum.com)

