

Sobrietà A tavola col ministro

DE ELISA PEDRAZZINI

Berna

La tregua di 100 giorni dalla sua entrata in carica è terminata. Incontriamo il consigliere federale Ignazio Cassis e, considerato il suo passato nella promozione della salute e nell'alimentazione, chiediamo il suo parere riguardo cibo, diplomazia e benessere.

Berna, ora di pranzo. Il ristorante Galerie des Alpes, all'interno di Palazzo Federale è animato da un vivace via-vai. Sediamo al tavolo con il consigliere federale Ignazio Cassis che, davanti a un salutare piatto di insalata, ci parla dei meccanismi della "diplomazia alimentare".

Onorevole Cassis, da oltre 10 anni fa la spola tra Montagnola e Berna. Come vive la cucina della Capitale?

Berna è molto variata dal profilo gastronomico; spazia dalla cucina locale a quella orientale e internazionale. È moderna e anche un po' alternativa, ha dato nuova vita alle cantine del centro inserendo ristoranti gourmet pur conservando "bettole" semplici, dove si preparano ottimi piatti tradizionali.

C'è una specialità bernese che apprezza particolarmente?

Amo molto la *Berner Platte*, sia perché rappresenta la città, sia per la sua storia. È nata in un momento di guerra: le truppe francesi assediano il centro, mentre in periferia un esercito sparuto resiste e scaccia gli invasori. Al rientro a casa il gruppetto viene a sapere che, malgrado la battaglia vinta, hanno perso la guerra. Le donne del paese, per consolarli, creano un banchetto con ciò che trovano: un pezzo di porco, verdura, patate. Siamo nel 1798 e battezzano quella specialità «Berner Piatte». È un simbolo della consolazione e, allo stesso tempo della celebrazione; è molto politico.

Oggi ha scelto un'insalata mista: mangia sempre in modo salutare? Com'è il ritmo della vita da ministro?

In realtà, di solito non pranzo proprio. Faccio colazione in ufficio con un cornetto e la sera, se non ho appuntamenti ufficiali, ceno con qualcosa di veloce dopo essere andato a farmi una corsetta. Da giugno a settembre ho perso 6 chili, è stato un periodo di forte pressione psicologica. A questo tipo di stress alcune persone reagiscono abbuffandosi, altre digiunando; io, dovendo trovare la dovuta calma interiore, ho risolto correndo. Lo spendere tanta energia, sommato al mangiar poco, si è tradotto nella perdita di peso.

C'è qualcosa che non manca mai nel suo frigorifero?

Ci sono solo derrate poco deperibili, ad esempio yogurt o formaggio da accompagnare a pane svedese.

Quando rientra in Ticino, qual è il piatto che la fa sentire "a casa"?

Ciò che più mi fa piacere del rientrare in Ticino è la condivisione del pasto, chiacchierare e gustare un bicchiere di vino in compagnia di mia moglie Paola. In generale, apprezzo i piatti semplici: un risotto giallo, un piatto di maccheroni alla bolognese o, quando si ha più tempo, pesce fresco. Mia madre cucina i menu della tradizione, quelli che richiedono lunghi tempi di preparazione, ad esempio polenta e brasato, oppure gli gnocchi freschi al pomodoro. Sono piatti che mia moglie, per non entrare in concorrenza con la mamma, non fa (ride).

Durante la sua carriera "al Nazionale" ha visitato diversi paesi poco turistici. C'è qualcosa a livello culinario che le è rimasto impresso?

In Corea del Nord mi ha colpito la monotonia del cibo e la presenza fissa, da mattina a sera, del kimchi (ndr. Preparazione a base di cavolo fermentato, peperoncino, aglio, ecc.). Noi abbiamo una ricchezza e diversità incredibili, dovute anche alla nostra varietà culturale.

Come ministro degli esteri, ha spesso pranzi di lavoro?

Fortunatamente non molti. Gli appuntamenti a tavola ufficiali sono molto sontuosi e abbondanti; io, spontaneo per natura, tendo a mangiare ciò che ho nel piatto. E spesso è troppo. È un simbolo del fatto che se oggi abbiamo più "cibo che fame", nei secoli addietro c'era "più fame che cibo": è per questo che si tende ad offrire lauti pasti, come segno di generosità e benessere.

Quando c'era scarsità di risorse, anche in Europa nascevano duri conflitti, come le guerre per il sale. Pensa che la "fame" possa provocare scontri a noi vicini?

Rispondo da medico, prima che da politico. Come è noto dalle pubblicazioni di Maslow (ndr. psicologo americano del Novecento) i tre bisogni fondamentali sono: l'alimentazione - intesa come acqua e cibo -, la protezione dalle intemperie e gli affetti. Se viene a mancare uno di questi pilastri l'uomo può uccidere, è lo spirito di sopravvivenza. Il cibo, quindi, è stato ed è motivo di guerra. Oggi, nei continenti ricchi come il nostro, non accade più; anzi, l'alimentazione da tempo non è più una voce importante nel bilancio delle economie domestiche.

In effetti, personaggi come Carlo Petrini, fondatore di Slow Food, stigmatizzano il fatto che in proporzione spendiamo troppo poco per nutrirci: cosa risponde?

Sono delle preferenze di società e ogni singolo mette gli accenti dove più ritiene adeguato, tenendo conto delle informazioni a disposizione. Slow Food nasce per far pressione sulla collettività seguendo l'ideologia del cibo tradizionale e sostenibile. Petrini, in quanto ambasciatore di questo movimento, non potrebbe pensarla diversamente, altrimenti non sarebbe al posto giusto.

In Svizzera, per salvaguardare l'agricoltura interna e rispettare il paesaggio, lo Stato interviene con pagamenti diretti e dazi doganali. Cosa accadrebbe se fossero aboliti?

La garanzia di approvvigionamento alimentare interno, anche se è parziale, verrebbe a mancare totalmente. Se annullassimo i dazi doganali, i prezzi di latte, carne e altri prodotti indigeni scenderebbero a tal punto che i prodotti svizzeri non sarebbero più competitivi e in poco tempo i contadini dovrebbero cessare l'attività. Anche in una Svizzera liberale, con un'economia aperta, occorre trovare il giusto equilibrio tra apertura delle frontiere e mantenimento di un'infrastruttura agricolo-alimentare, per una

questione di sovranità e sicurezza alimentare. È un tema sensibile, che la popolazione sostiene attraverso il voto, basta ricordare che a settembre l'iniziativa sulla sicurezza alimentare ha accolto addirittura l'80% di consensi.

Gli svizzeri sono sensibili alle urne, ma al supermercato non sempre sono disposti a pagare una cifra maggiore per i prodotti indigeni... È mancanza di coerenza?

In parte sì, in parte no. Il popolo ha il diritto di essere contraddittorio, e lo è: un giorno vota sì alla sicurezza alimentare e il giorno dopo va a fare la spesa in Italia. Detto questo, il grande successo avuto dai prodotti biologici negli ultimi 20-30 anni indica che una fetta di popolazione è disposta a pagare di più per ingredienti più sani e più sostenibili dal punto di vista ambientale. Fa piacere vedere che questo trend sia molto sentito, soprattutto nelle nuove generazioni.

A tale proposito: ritiene che il ruolo della grande distribuzione sia tenuto in dovuto conto a livello politico?

Direi di sì. Gli accordi bilaterali con l'UE, quelli di libero scambio con altri Stati, hanno come obiettivo abbattere le protezioni doganali per poter commerciare più liberamente servizi e prodotti. Ciò significa inevitabilmente esporsi alla concorrenza. La concorrenza è un fattore positivo per la grande distribuzione, poiché permette l'importazione al prezzo di mercato, senza distorsioni legate ai cartelli. D'altro canto, negli ultimi anni, il commercio al dettaglio è stato segnato dallo choc del cambio franco svizzero-euro che ha portato molti cittadini a far la spesa all'estero. Come detto prima, la soluzione è quindi un intervento equilibrato, che garantisca libertà di mercato, pur proteggendo contemporaneamente l'economia interna.

Oltre che politico, lei è anche medico e nella sua carriera si è dedicato molto alla prevenzione: fino a che punto conta la responsabilità individuale e quando deve intervenire la politica?

Fifty-fifty. La prevenzione ha bisogno che entrambe le parti siano partecipi. Vorrei portare un esempio di quando ero medico cantonale e mi occupavo di prevenzione dell'AIDS. Per avere rapporti sessuali senza contagiarsi è necessario utilizzare il preservativo. La responsabilità nell'usarlo è del singolo, ma l'accessibilità, cioè il prezzo basso e l'informazione che promuove il cambiamento nel comportamento individuale, è un compito della collettività.

Le persone sono correttamente informate su cosa è meglio mangiare?

La mia percezione è che chi vuole mangiare corretto, sa come farlo. Il problema è che a molte persone, finché non sono direttamente toccate da problemi di salute, non interessa. Credo che oggi, nell'istruzione svizzera l'educazione alimentare e del movimento siano presenti.

Per concludere: qual è la sua ricetta per mantenersi in forma?

Mangiare poco, in buona compagnia e muoversi tanto

Ignazio Cassis

Eletto Consigliere Federale il 20 settembre, ha assunto la sua nuova funzione alla guida del Dipartimento federale degli affari esteri (DFAE) il 1° novembre 2017. Ignazio Cassis, classe 1961, è nato nel Malcantone. Oggi, quando non è a Berna, vive a Montagnola insieme alla moglie Paola, medico radiologo. Laureato in medicina e specializzato in salute pubblica, parallelamente alla sua carriera politica è stato attivo in associazioni di promozione della salute come Radix Svizzera e Fourchette verte Ticino, ma anche nell'ambito della buona cucina, come la "Fondation pour la Promotion du GoCit" (da cui nasce la settimana del Gusto).