

Lo sapete come si mangia la frutta a tavola? Sì...? E allora perché non la ordinate?!

Oggi parto da questa provocazione visto che, più di un amico cuoco, mi ha rivelato che gli italiani tendono a non ordinare la frutta al ristorante per evitare i possibili imbarazzi nel mangiarla. Lì per lì questa affermazione mi ha lasciata un po' perplessa, poi, pensandoci bene, la cosa mi ha portato a riflettere. Che sia possibile che uno dei motivi possa essere questo? Mah, non ci credo, anche perché personalmente non vedo il problema. **Galateo o non galateo trovo bellissimo toccare il cibo con le mani.** E' un modo più completo di gustarlo.

La frutta... bella, colorata, buona, piena di vitamine! Un'importantissima risorsa che ci offre la nostra agricoltura. La vorrei vedere sempre nell'offerta delle prime colazioni, dovunque, in città e in campagna, nei ristoranti e nei bar. Ultimamente ho incominciato a chiederla a fine pasto nei ristoranti. Ebbene, un dramma, e non scherzo! Alcuni ne sono addirittura sprovvisti. Sarebbe proprio ora di cambiare le cose! Un cestino a fine pasto senza doverlo chiedere, è più che doveroso!

Già sento i fischi... E' inutile che fate quelle facce, lo so bene che **è consigliabile mangiarla fuori pasto!** Dovete ammettere però che comunque è una valida alternativa a dolci spesso ultra calorici che ci appesantiscono e affaticano la digestione. Alcuni diranno – *ma come, un'affermazione come questa da una donna golosa come te?* – Certo, non l'ho mai nascosto, ma per non rinunciare ai dolci so limitarmi nei

pasti principali. La frutta però è la frutta, io l'adoro, e non ne posso fare a meno! ☐

Detto questo, per i fanatici del bon ton e per evitare di fare gaffe, facciamo un ripassino sui modi corretti di mangiarla a tavola.

Il Galateo e la Frutta



Innanzitutto tutto va servita pulita e accompagnata da un piattino, un coltello e una forchetta (tranne per alcune eccezioni).

- **Agrumi:** Dopo aver tagliato le due sezioni ai poli, si incide la scorza con il coltello, e con lo stesso si sbuccia. Gli spicchi si mangiano con le mani trattenendo i semi nella stessa posta ad imbuto vicino alla bocca.
- **Anguria:** Dopo aver tolto i semi con il coltello, si mangia tagliata a fettine con la forchetta.
- **Banana:** Il Galateo dice che per mangiarla non si dovrebbe usare il coltello. Comunque sia è consigliabile fare un taglio longitudinale aiutandosi poi con la forchetta per ridurla a pezzetti.
- **Cachi:** Si tagliano a metà e si mangiano con il cucchiaio.
- **Ciliegie:** Si mangiano tenendole per il picciolo. Il nocciolo va trattenuto nella mano posta ad imbuto vicino alla bocca.
- **Fichi:** Una volta tagliati in quattro parti, si mangiano con la forchetta.
- **Fragole:** Si mangiano portandole con le mani alla bocca.
- **Kiwi:** Si taglia a spicchi con il coltello e si mangia

con la forchetta.

- **Mela/Pera:** Prima di sbucciarla si taglia a spicchi, quindi si mangia con la forchetta.
- **Melone:** Si taglia a fette e si mangia con la forchetta.
- **Pesca:** Se la si mangia sbucciata si procede come per la mela.
- **Uva:** Si mangia tenendo il grappolo in mano e staccando gli acini con le dita. I semi si trattengono con la mano posta ad imbuto vicino alla bocca.

Che dire... liberi tutti. Per quanto mi riguarda sappiate che se venite a cena con me, dovete essere pronti alle mie gaffe spontanee e innocenti! A tavola, e non solo, ne faccio parecchie! ☐