

# 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! ☐*