



Cosa mangiavano i nostri più antichi progenitori di 30.000 anni fa?

Di questo tema tanto attuale, per tutte le implicazioni sulla moderna alimentazione e anche sui suoi vizi e controindicazioni, se ne occupa addirittura la rivista PNAS che questa settimana esce con un articolo dedicato alla paleonutrizione. La ricerca è il risultato di un progetto che Anna Revedin coordina per l'Istituto Italiano di Preistoria e Protostoria (IIPP), con la collaborazione di molti studiosi italiani e stranieri.

Tutto è iniziato con la scoperta di un insediamento preistorico, scavato da Biancamaria Aranguren della Soprintendenza Archeologica della Toscana in collaborazione con l'IIPP a Bilancino in Mugello. Lo scavo aveva restituito, tra gli altri, due strani blocchi di arenaria, banali sassi per la maggior parte degli archeologi... In realtà si trattava di una macina e di un macinello, subito riconosciuti dalle due ricercatrici, tanto che non li avevano lavati conservando intatto il sedimento attorno ai reperti. I reperti sono stati portati in laboratorio e si è cominciato il lungo lavoro di analisi: tracce d'uso studiate da Laura Longo dell'Università di Siena, mentre dell'estrazione degli amidi e del loro riconoscimento se ne sono occupati Marta Mariotti Lippi e Roberto Becattini dell'Università di Firenze, che hanno individuato amidi di *Typha*, una pianta palustre il cui rizoma ne è ricco. Questo una volta essiccato si può facilmente macinare, come ha dimostrato la sperimentazione condotta per questo studio.

Questa scoperta cambia lo scenario delle conoscenze sulla dieta degli uomini del Paleolitico. Infatti già 30.000 anni fa avevano imparato a trasformare le risorse vegetali, ancora fornite da essenze selvatiche, in farine. Queste potevano così essere conservate, trasportate e successivamente trasformate in un impasto da cuocere su pietre arroventate.

A partire da questa scoperta a Bilancino e dalla pubblicazione nel 2008 della monografia sul sito mugellano, la ricerca si è estesa all'Europa. Questo è stato possibile grazie al sostegno entusiastico di Anna Maria Sestieri, allora presidente dell'Istituto, e di Alessandro Villani, purtroppo scomparso, assessore del Comune di Barberino di Mugello.

Il progetto "*Le risorse vegetali nel Paleolitico*" ha analizzato altri reperti analoghi, provenienti dai siti coevi di Pavlov VI, nella Repubblica Ceca, studiato da Jiri Svoboda, e Kostenki 16-Uglikanka nella pianura del Don in Russia, area famosa per aver restituito le veneri preistoriche, capolavori d'arte intagliati nell'avorio delle zanne dei mammoth lanosi. Anche su alcune di queste pietre si notavano tracce di utilizzo, dove veniva fatta la pressione e operato lo sfregamento dei rizomi e delle radici questa volta di *Botrychium*, una felce che si trova nei dintorni del fiume Don, come hanno confermato gli studi paleobotanici del gruppo di ricerca coordinato dal



russo Andrey Sinitsyn. Al gruppo interdisciplinare si è aggiunto anche un nutrizionista, Emanuele Marconi dell'Università del Molise, che sottolinea come fosse “importante l'apporto dei carboidrati nella dieta prevalentemente carnea di questi nostri antenati”.

Prima di questa rivoluzionaria scoperta, che infatti si è guadagnata l'attenzione di PNAS (Atti dell'Accademia Americana delle Scienze), una delle tre riviste scientifiche più prestigiose del mondo, era infatti opinione corrente che le popolazioni nomadi di cacciatori-raccoglitori del Paleolitico superiore fossero essenzialmente carnivore.

I rinvenimenti a Bilancino, Pavlov e Kostenki di una macina (rinvenuta solo a Bilancino) e di macinelli-pestelli datati a 30.000 anni fa col metodo del radiocarbonio e la presenza su questi reperti di tracce d'uso per la macinazione e di granuli di amido, rappresentano la più antica testimonianza diretta non solo dell'uso alimentare delle piante ma soprattutto di una vera e propria “ricetta” per la preparazione di un cibo di origine vegetale.

La tifa è una pianta palustre molto comune, si rinviene lungo i corsi d'acqua, e molto utile. Infatti della tifa si può utilizzare tutto: dalle foglie si ricavano fino a pochi anni fa fibre per l'intreccio di corde, stuoie e contenitori ecc., mentre ricerche etnografiche ci confermano che i rizomi erano utilizzati a scopo alimentare in molti paesi extra-europei.

Gli archeologi hanno voluto sperimentare direttamente la preparazione di un cibo fatto con farina di tifa, raccogliendo i rizomi, seccandoli, macinandoli ed infine preparando e cuocendo delle “gallette” di tifa su di un focolare ricostruito come quello scoperto negli scavi di Bilancino, con un risultato di gusto gradevole “Le abbiamo fatte durante la sperimentazione e sono buonissime” conferma A. Revedin, con grande soddisfazione per il risultato raggiunto.

Le implicazioni di questa scoperta sono sotto molti aspetti rivoluzionarie: per la prima volta l'uomo aveva a disposizione un prodotto elaborato, facilmente conservabile e trasportabile, ad alto contenuto energetico perché ricco di carboidrati complessi, che permetteva di avere maggiore autonomia soprattutto in momenti critici dal punto di vista climatico e ambientale. Inoltre l'abilità tecnica necessaria per la produzione di farina e quindi per preparare un cibo, tipo gallette o una farinata, non risulta più legata allo sfruttamento intensivo dei cereali, iniziato in Medio Oriente con la conseguente nascita dell'agricoltura nel Neolitico, ma era una conoscenza e una pratica già acquisita in Europa da lungo tempo.

Le ricerche interdisciplinari, che hanno coinvolto numerosi specialisti, hanno permesso di delineare le attività che si svolgevano negli accampamenti di 30.000 anni fa, probabilmente legati a lavorazioni stagionali connesse al periodo per la raccolta e la lavorazione delle erbe palustri tra la fine dell'estate e l'autunno.



Le implicazioni della ricerca, che coniuga e integra metodologie e approcci molto diversi tra loro, sono anche legate al significato che la dimostrazione di una tale antichità del metabolismo dei carboidrati complessi nell’Uomo anatomicamente moderno può avere. Infatti è ora chiaro che il processo di adattamento fisiologico, che ha poi permesso di utilizzare, in modo sistematico a partire dal Neolitico una dieta mano a mano sempre più glucidica, è iniziato molto tempo prima di quanto ci dicessero le fonti archeologiche finora riconosciute. E chissà che il proseguo di questi studi non possa dire una parola anche sulle allergie alimentari oggi riscontrabili in una percentuale significativa della popolazione. Un altro esempio di come la ricerca di base sia importante perchè prodromo a futuri sviluppi e implicazioni anche di applicazione pratica e di miglioramento delle condizioni di vita di oggi.