

4.3. UMAMI IN TAVOLA

4.3.1. CUCINA ORIENTALE

Non è un mistero che la cucina in cui è presente in modo massiccio il gusto umami è quella orientale, in cui vengono impiegati comunemente gran parte dei condimenti a base di prodotti ittici esaminati in precedenza.

Il Paese capostipite è rappresentato dal Giappone, ossia il Paese in cui è stata scoperta e dimostrata l'esistenza del quinto gusto all'inizio del secolo scorso (Kurihara e coll., 1987).

Attualmente l'umami rappresenta una fetta consistente dei gusti rinvenibili nella cucina giapponese poiché, per tradizione, vi è uno dei consumi più elevati al mondo di pesce (più di 70 kg pro capite all'anno) e di prodotti ittici in senso lato.

Gli alimenti più diffusi sono il katsuobushi, ovvero il brodo di bonito essiccato che è stato preso in considerazione nel capitolo precedente, le alghe konbu, una grande varietà di condimenti a base di pesce e crostacei e, come piatto tipico conosciuto in tutto il mondo, il *sushi*, ossia l'unione fra il filetto di pesce crudo (in genere tonno, merluzzo o sgombro) e le alghe konbu o nori lessate.

Sembra che questo piatto sia così gradito e gustoso grazie all'interazione fra le varie componenti degli alimenti (l'elevata quota di MSG e GMP delle alghe, unita alla concentrazione di IMP del pesce) che generano il gusto umami (Otsuka, 1998).

A proposito della percezione del gusto umami negli alimenti crudi rispetto a quelli cotti, è importante effettuare una precisazione: le componenti dell'umami non subiscono alcuna variazione percepibile dai nostri sensi durante la cottura, perciò il gusto rimane inalterato (Murata e coll., 1990).

Era doveroso sottolineare questo fattore in quanto qualcuno avrebbe potuto obiettare che gli alimenti crudi possiedano il gusto umami in modo più marcato rispetto a quelli cotti, mentre in realtà non è così.

Per quanto riguarda gli altri maggiori Paesi dell'Asia orientale, anche la cucina coreana fa un largo uso di alimenti contenenti umami, il più diffuso e famoso dei quali è lo *shiokara*.

Si tratta di un tipo di condimento derivante dal *myulchichot* (pesce fermentato esaminato in precedenza) con cui si preparano vari tipi di *kimchi*, cioè le tipiche salamoie coreane.

Anche in Cina vi sono innumerevoli alimenti e condimenti a base di prodotti ittici in cui il gusto base è rappresentato dall'umami, che viene chiamato *xian-wei*.

A testimoniare che i menù reperibili nei ristoranti e nelle rosticcerie cinesi presenti nei Paesi occidentali hanno ben poco della cultura da cui derivano vi è il fatto che i piatti tradizionali e più prelibati della cucina cinese non sono affatto quelli fritti a cui siamo abituati, ma sono rappresentati dalle zuppe in tutte le innumerevoli variazioni di composizione, la cui prelibatezza è impartita dalla decisa presenza di umami (Nakayama e Kimura, 1998).

A proposito degli usi e costumi della cucina tradizionale della Cina, mi permetto di consigliare la lettura di capolavori della letteratura moderna cinese, scritti da autori del calibro di Acheng, Mo Yan, Su Tong, oppure la visione di film del maestro Zhang Yimou, come il più famoso e pluripremiato "Lanterne rosse", il primo e splendido "Sorgo rosso" o gli altrettanto magnifici "Ju Dou", "La storia di Qiu Ju", "Vivere!" e il suo ultimo "La strada verso casa".