

Il pasto degli ebrei

Questo bimestre ci impegneremo a comprendere dove e come si svolgeva il pasto degli Ebrei del tempo di Gesù.

La giornata tipo di un ebreo iniziava al mattino molto presto.

La colazione, verso le 6 del mattino, avveniva nel cortile comune del gruppo di case della famiglia paterna che si affacciava su questo spazio comune.

Tutta la famiglia si riuniva: nonni, genitori, zii, figli, nipoti... Al termine della colazione, ogni componente della famiglia partiva al proprio lavoro e rincasava a sera.

Di conseguenza, il pasto centrale avveniva in modo frugale all'esterno dell'abitazione, sui campi o in mare.

Al ritorno dal lavoro, alla sera, la famiglia intera si riuniva intorno al focolare del cortile e condivideva non solo il cibo ma anche il racconto di come si era trascorsa la giornata. Era un momento di socializzazione, uno spazio per le relazioni che rendevano la famiglia ancora più coesa.

Il pasto tipo avveniva seduti a terra su stuoie, intorno ad un'unica ciotola centrale, da cui ciascun componente della famiglia attingeva.

Questi erano i cibi più consueti sulla tavola al tempo di Gesù: lattughe, cetrioli, aglio, porri, albicocche, fichi, meloni e olive, importanti anche per la produzione del loro olio. La famiglia media senza ricchezza di solito teneva grossi tagli di carne per pasti abbondanti a meno che non ne avesse davvero bisogno.

La maggior parte dei cibi era bollita, preparata in pentole di terracotta o sul fuoco a fiamma viva, fritta su pietre calde o bruciata su forni di argilla.



Secondo la Bibbia e i documenti storici, molto probabilmente Gesù seguiva una dieta simile a quella mediterranea a base di verdure a foglia come cavoli e pinoli, olio d'oliva e zuppa di lenticchie. Si cucinava anche il pesce.

La *scheda alunno* permetterà di realizzare il modellino di un ambiente-tipo israelitico del tempo di Gesù, su cui impostare una scena di convivialità familiare.