la Rassegna.it
Fondata nel 1906

30 Maggio 2018

Cristina Donà: “Il miele è un cibo estremo’

È una delle voci più sofisticate della musica d'autore italiana. Da anni vive in Valle Seriana. Ci ha raccontato delle sue passioni in cucina e per una certa Baitella. Il 14 giugno sarà in concerto a Cigole

È una delle voci più interessanti e raffinate della musica d’autore. In 20 anni di carriera ha realizzato 9 album e centinaia di concerti in Italia e in Europa firmando collaborazioni con artisti del calibro di Robert Wyatt, Francesco De Gregori, Afterhours, Subsonica, Irene Grandi, Stefano Bollani, Marco Paolini, Arisa e molti altri. Da molti anni vive in Valle Seriana con il marito, lo scrittore Davide Sapienza, e il figlio Leonardo. Ci ha raccontato delle sue passioni in cucina e di una certa Baitella che in questi anni è diventata la sua seconda casa. Il 14 giugno sarà in concerto con i Fishwreck, un gruppo di grandi jazzisti, con i quali presenterà “Sea songs” uno spettacolo imperniato su brani legati al tema dell’acqua (di autori quali Nick Drake, Radiohead, la stessa Donà e altri) presso il festival NoSilenz di Cigole (Brescia).

Che rapporto ha con il cibo?

Mia nonna Bice con la quale sono cresciuta mi ha abituata a mangiare tutto. Era lei la cuoca di casa. Poi circa vent’anni fa mi hanno trovato una intolleranza al lattosio e ho dovuto rivedere la mia dieta. Questa cosa mi ha tenuta lontano dai dolci, ma non è stata una grande rinuncia, da sempre prediligo il salato.

Come si trova in cucina?

In quanto viaggiatrice forzata dal lavoro sono una cuoca discontinua. Cucinare, come comporre una canzone, è un atto

creativo, bisogna mixare ingredienti. Dopo la novità delle ricette on line sono tornata ai ricettari tradizionali, i libri hanno sempre un sapore diverso e sono più precisi per alcune cose.

Qual è il suo piatto preferito?

Adoro i risotti, sarà per le mie origini venete. Amo molto anche il pesce, mio figlio e mio marito invece per niente. E ho una grande passione per lo zenzero.

È golosa?

Amo mangiare ma con misura. Ho seguito molte diete, anche quella dei gruppi sanguigni e una rigorosissima a base di pollo. Avevo 19 anni, era impossibile da seguire.

Poi negli anni ’90 l’incontro con il libro sulle combinazioni alimentari è stata la grande svolta. Oggi cerco di limitare il più possibile la carne, in famiglia abbiamo un riferimento di fiducia per acquistarla.

Durante i tour mangerà spesso fuori…

Quando capita di dover pranzare se c’è tempo ci affidiamo a Tripadvisor o a locali che conosciamo già. Ma a volte ci tocca l’autogrill.

Prima di un concerto ha un menu particolare?

Chiedo sempre riso in bianco e verdure grigliate o cotte, anche quando capito in ristoranti con menu molto ricchi. Non posso mangiare molto prima di un concerto. Mi guardano come fossi malata.

Preferisce la trattoria o il ristorante?

Se devo scegliere scelgo la trattoria. Spesso è sinonimo di qualità a buon prezzo. La cucina molecolare non fa per me, è una filosofia diversa. Io sono abituata alla cucina rustica, prediligo i cibi meno lavorati.

Ha un ristorante preferito nella nostra provincia?

La Baitella a Songavazzo, è la mia seconda casa. Nel tempo, con la mia famiglia da clienti siamo diventati amici del titolare, Renzo. Fanno una cucina del luogo, molto abbondante, ma ormai mi conoscono e riducono le porzioni.

Le piace il vino o preferisce la birra?

Amo il vino rosso, ne bevo pochissimo ma me lo godo proprio. Mai a pranzo, sennò mi addormento. La birra l’ho scoperta tardissimo, nel ’90 durante un viaggio da sola in Irlanda da degli amici. Preferisco le Weiss.

Ha un ricordo speciale legato alla cucina?

Ricordo me bambina che aiuto mia nonna Bice a fare i cappelletti, il baccalà e la polenta bianca come la faceva lei. Mi coinvolgeva molto.

C’è una cucina regionale che ama particolarmente?

La cucina siciliana è la mia preferita per il connubio pesce-verdure di qualità. Della cucina sarda apprezzo i dolci che non hanno burro. Di recente, grazie a degli amici, ho scoperto la cucina marchigiana. È veramente ricca: quando vado da loro alzo bandiera bianca.

Chi inviterebbe a cena e dove lo ospiterebbe?

È un desiderio irrealizzabile. Lucio Battisti e Fabrizio De Andrè, dai testi agli arrangiamenti, sono un riassunto dei valori della musica. Li porterei alla Baitella oppure Da Cesira un ristorante all’inizio della Valle di Scalve dalla vista incredibile. Inviterei anche mia mamma, ha 87 anni, sarebbe una conversazione surreale.

Il cibo ha mai ispirato la sua musica?

Un mio brano poco conosciuto dell’album Nido si intitola ‘Cibo estremo’. È nato all’inizio della mia ricerca sulle influenze che l’alimentazione ha sulla nostra salute. Scrivo che il cibo ha personalità. Ad esempio, il miele è un alimento estremo, se non si consuma diluito.

Le piace ascoltare musica mentre mangia?

Trovo sia solo un escamotage per coprire la conversazione. Se entro in un pub e la musica è molto alta esco subito. Sei obbligato ad alzare la voce a lungo ed è una delle cose peggiori per un cantante.

Le capita di mangiare mentre scrive?

Le tisane e il tè verde mi aiutano a concentrarmi. Li bevo senza zucchero e da tempo ho eliminato quelli industriali. Sono talmente fanatica che le mie amiche per i miei 50 anni mi hanno regalato un bollitore.