



www.ec-aiss.it

Testata registrata presso il  
Tribunale di Palermo  
n. 2 del 17 gennaio 2005  
ISSN 1970-7452 (on-line)

© EIC · tutti i diritti riservati  
gli articoli possono essere riprodotti a  
condizione che venga evidenziato che  
sono tratti da www.ec-aiss.it

## **Regimi alimentari e regimi politici: il caso del fascismo italiano**

Pierluigi Cervelli

### **Abstract**

L'obiettivo di questo contributo è riflettere sul rapporto fra regimi alimentari e regimi politici considerando come caso di studio il fascismo italiano.

Cercheremo di mettere in evidenza la molteplicità del rapporto fra regime politico e regimi alimentari utilizzando il quadrato delle assiologie di consumo elaborato da J. M. Floch (1990) come una bussola concettuale, articolando attraverso di esso – in modo certamente parziale, dati i limiti di questo lavoro – i regimi alimentari proposti alcuni testi dell'epoca, tutti legati, sebbene in forme molto diverse (e persino violandone le regole), al genere discorsivo del ricettario.

Sarà così possibile osservare come dalla messa in correlazione della cucina futurista, di quella quotidiana della “massaia italiana” e di quella “di guerra” – tutte e tre oggetto di pubblicazioni durante il regime fascista – emergano forme molto diverse di valorizzazione del cibo e dell'atto culinario, ma che si muovono sempre sul crinale della relazione fra dimensione pratica e medicalizzazione utopica della cucina, con significative ibridazioni fra questi due campi e l'apparizione – accanto alla dimensione utopica – del tentativo futurista di fare del cibo una opera d'arte e del suo consumo una forma di vita ludico-artistica.

## 1. Introduzione

Il valore politico dei regimi del corpo (la *dyaité* nell'antica Grecia) è stato ben messo in luce da Foucault (2006), a partire dal dibattito sul rapporto fra medicina e dietetica, ampiamente ripreso da Mangano (2013) rispetto al rapporto fra dietetica e semiotica.

In particolare Mangano sottolinea un importante elemento di continuità che dall'Antica Grecia arriva fino al settecento occidentale: il fatto che la dietetica sia nata all'interno di una riflessione sulle "condotte di vita" che differenziano gli esseri umani dagli animali, e come questo tratto sia ancora fortemente marcato in occidente all'inizio del 700, quando "i libri di medicina erano di fatto manuali di galateo, e viceversa ogni manuale di galateo argomentava i suoi consigli in senso medico" (Mangano 2013, p. 13).

Nell'ambito del fascismo italiano sarà interessante notare come, nonostante la diversità delle forme di messa in valore del cibo, sia dal punto di vista della loro articolazione tassonomica, sia dal punto di vista della particolarità delle specifiche forme di valorizzazione adottate, questa relazione si riarticoli senza sparire, nonostante il rapporto del fascismo col cibo è variegato, com'è normale in un movimento politico-culturale ampio e di lunga durata.

Un'esplorazione della considerazione dei regimi alimentari durante il fascismo lascia emergere una pluralità di visioni dell'alimentazione e del ruolo del cibo, che declinano la relazione fra regime politico e regime alimentare in modo molto diverso, finanche opposto.

Gianfranco Marrone (2007) ha ben messo in luce la versatilità dello strumento concettuale elaborato da Floch, e ne ha proposto una specifica declinazione nell'ambito alimentare, proprio in relazione ai ricettari, il cui orientamento è seguito in questo lavoro. La proposta di Marrone è quella di articolare una "possibile tassonomia dei testi di cucina secondo il modello dell'assiologia dei consumi" (Marrone 2013, p. 12).

Marrone inizia la sua riflessione a partire dall'evidenza che "la ricetta e il ricettario sarebbero testi che hanno come obiettivo comunicativo la trasmissione di un preciso saper-fare" (Marrone 2013, p. 11) e dunque "una valorizzazione (...) di tipo eminentemente pratico". Tuttavia, si chiede Marrone – e sarà la domanda intorno a cui si svilupperà anche la nostra riflessione – "i ricettari ricevono una valorizzazione esclusivamente pratica (nel senso che hanno come precipua funzione l'insegnare una cucina finalizzata al "servire in tavola") oppure possono essere inseriti in storie d'altro tipo?". E Marrone continua elencando dei tipi possibili che corrispondono a quelli che si potranno ritrovare nell'ambito della "cucina fascista": "ricettari che tendono ad una valorizzazione critica della tecnica culinaria, come nei casi in cui si esalta la cucina cosiddetta "povera", le prassi furbe per usare gli avanzi e simili (ib.)" oppure fa riferimento a una possibile "valorizzazione utopica" della cucina, "verso una costruzione e una conseguente esaltazione dell'identità personale di chi cucina" con riferimento a "ideologie culinarie" (ib.). E continua Marrone affermando che "esistono anche ricettari *ludici*, nel senso precipuo del quadrato semiotico, ossia non pratici, e dunque tendenti non tanto a insegnare una 'tecnica' culinaria quanto semmai a glorificare un'arte' della gastronomia" (Marrone 2013, p. 12). Da questa riflessione emerge l'adattamento dello schema elaborato da Floch ai ricettari per cui Marrone oppone sull'asse dei contrari un ricettario caratterizzato da valorizzazione pratica ed uno "utopico", i cui contraddittori sono individuati rispettivamente nel ricettario "critico" e in quello "ludico".

Ci proponiamo di riprendere questa proposta, mettendola alla prova sul nostro corpus, costruendo una microtipologia dei ricettari elaborati durante il regime fascista basata sull'applicazione del quadrato delle assiologie di consumo elaborato da J. M. Floch ad universi di consumo e di pratiche culinarie, come è già stato fatto in alcune riflessioni semiotiche sul cibo<sup>1</sup>, ma non in relazione al periodo del regime fascista in Italia.

---

<sup>1</sup> Cfr. oltre al testo succitato elaborato da Marrone, cfr. anche Guazzugli Marini (2004). Ci sembra tuttavia che alcune delle opposizioni assiologiche presenti in questo quadrato siano affini a diverse elaborazioni categoriali presentate da varie ricerche nel campo del gusto: Marino (2014), a proposito dello stile di rappresentazione fotografica del cibo rinvenibile nelle estetiche che l'autore definisce "foodporn" e "cucinemale", e Zannin (2004), in particolare in relazione alla differenza fra "regime del nutrimento", basato sul dovere e "regime dei piaceri", basato sul volere.

I testi che considereremo in questo lavoro presentano precisamente queste valorizzazioni, ma in modo peculiare: i ricettari relativi al genere della “cucina di guerra”, sono rispondenti alla valorizzazione critica ma mancano di valorizzare la negazione dello spreco; il ricettario che sottende la valorizzazione pratica, rappresentato dal testo *La cucina della massaia italiana* del 1936, presenta una “medicalizzazione” della cucina quotidiana; e infine il *Manifesto della cucina futurista*, si articola gerarchicamente come una valorizzazione utopica della cucina al cui interno si iscrive una valorizzazione ludico-estetica della pratica culinaria e del consumo del cibo. Il nostro obiettivo sarà dunque, oltre che quello di interdefinire delle valorizzazioni generali, di cercare di sottolineare le specifiche differenze dei singoli testi.

Questo non toglie valore alla capacità di articolazione concettuale del modello: come ricorda sempre Marrone infatti “in un medesimo testo possono darsi, in gerarchia, più forme di valorizzazione” (Marrone 2013, p. 12).

## 2. La cucina di guerra e la valorizzazione critica del cibo

Certamente è da sfatare la leggenda della “frugalità” del fascismo, della poca importanza o poca attenzione per il cibo da parte del regime, basata sulla presunzione di esistenza di una “cucina fascista” basata sul progetto politico dell’autarchia. E’ una leggenda abbastanza diffusa in Internet, come conferma una banale ricerca che usi come termini chiave “cibo” e “fascismo”: le uniche pubblicazioni che compaiono sono proprio legate alla “cucina autarchica”. La retorica nazionalista di Mussolini può aver dato adito a questa interpretazione superficiale: oltre ad aver inneggiato al pane ed al suo rispetto, aveva definito gli inglesi, ovviamente in modo dispregiativo, “il popolo dei cinque pasti al giorno”, e si era rallegrato, nel 1930, che gli italiani non fossero abituati a mangiare più di una volta al giorno. In realtà la valorizzazione del cibo legata alla frugalità, pur avendo sempre avuto un ruolo nella retorica del regime, apparirà editorialmente – in termini di produzione di ricettari – solo dopo l’inizio della guerra che segnerà la fine della dittatura. Fra il 1940 e il 1941, vengono infatti pubblicati i primi testi sulla cucina di guerra, come ad esempio *Sapersi nutrire*, un piccolo opuscolo redatto dalla federazione del PNF di Bologna nel 1940 o il testo *Cucina in tempo di guerra* edito a livello nazionale nel 1941.

Il valore della frugalità caratterizza infatti solo indirettamente lo stile culinario della “cucina di guerra”, tipico di alcuni ricettari che inizia a diventare visibile editorialmente solo dopo lo scoppio della seconda guerra mondiale.

Si tratta di fatto dei ricettari d’emergenza, che indicano al ribasso la quantità di calorie necessarie per individuo al giorno e come razionarle scomponendo il cibo in più pasti: istruiscono ad esempio su come estrarre il grasso dall’interno di un pollo e conservarlo per poi poterlo inserire successivamente in una minestra troppo povera, come fare una minestra con l’acqua di cottura della verdura o ancora come cucinare la buccia della frutta e delle patate.

A parte il tono enfatico che trasforma la fame in una attitudine culinaria errata (“non bisogna essere schiavi della bistecca”, si legge in *Sapersi nutrire* (PNF Bologna, 1940)) quello che mi pare caratterizzare la specifica valorizzazione del cibo sottesa a questi testi non è una messa in valore del recupero o del riuso, o almeno della negazione dello spreco, ma piuttosto la mira a diluire, dilazionare le calorie massimizzando il numero di pasti possibili.

Si producono infatti ricette che hanno il solo fine di utilizzare il cibo nel modo più durativo possibile, distribuendo in più pasti gli elementi che si mangiano di solito assieme (e che solo insieme costituiscono il valore di un piatto, dal punto di vista estetico-gustativo). Si tratta di fatto di una de-mitizzazione del cibo stesso che non viene più considerato per l’effetto gustativo o visivo che provoca ma solo per il suo valore nutritivo, ossia in quanto insieme di calorie, e che, in quanto tale, può essere disarticolato e distribuito nel tempo. Per queste caratteristiche la forma di valorizzazione del cibo che questi ricettari sottendono ci sembra essere rispondente ad una valorizzazione critica del cibo, anche se non si tratta di una scelta dovuta ad una “ideologia culinaria” ma ad una situazione di emergenza.

Credo che sia proprio questo elemento ad essere stato “narcotizzato” nella vulgata contemporanea sulla “cucina autarchica”, trasformandosi nell’idea di una “cucina fascista” frugale e popolare, derivata

dalla cultura contadina. Una “invenzione della tradizione” di cui lo stesso fascismo, con la sua retorica del ruralismo, aveva comunque gettato le basi.

### 3. La valorizzazione utopico-estetica: la cucina futurista

Potremmo posizionare in relazione di contraddizione rispetto alla cucina di guerra l'importante testo *La cucina futurista*, firmato da Marinetti e Fillia nel 1932.

In esso si propone infatti una valorizzazione utopica del cibo dal punto di vista degli effetti politici e una valorizzazione estetico-ludica nella pratica del pasto, in cui il problema del nutrimento, che era centrale nella “cucina di guerra” è del tutto assente.

L'aspetto utopico della cucina futurista si evince immediatamente, a partire dalla prefazione che introduce il testo, e che si propone al lettore come un manifesto di intenti. Separata dal corpo del testo, espressa in carattere grassetto, chiarisce gli obiettivi della “rivoluzione culinaria (*sic*) futurista” che (...) “si propone lo scopo alto, nobile e utile a tutti di modificare l'alimentazione della nostra razza. Fortificandola, dinamizzandola e spiritualizzandola con nuovissime vivande in cui l'esperienza, l'intelligenza, la fantasia sostituiscano economicamente la quantità, la banalità, la ripetizione e il costo” (Marinetti e Fillia 1932, p. 3).

Il fine politico del testo è dunque costruire una forma di vita che non si limiti al singolo individuo ma riguardi ciò che Marinetti definisce “la nostra razza”, ossia la popolazione in quanto massa collettiva vivente. Si tratta dunque di una “esaltazione dell'identità personale” di chi produce la cucina (in quanto artista che la rielabora teoricamente) ma anche – almeno basandoci sulle affermazioni iperboliche di Marinetti – di una trasformazione dell'identità collettiva attraverso una certa valorizzazione cibo. Non si tratta dunque, o almeno non solo, di produrre un'estetica del gusto ma di fare del gusto uno dei riflessi estetici di una forma di vita nuova, che si vorrebbe diffondere dall'identità individuale degli autori che esalta a quella collettiva che prefigura. Nel solco di questa valorizzazione utopica si iscrive una seconda valorizzazione, di tipo estetico. Sempre nella prefazione al testo affermano infatti Marinetti e Fillia: “Salvo le eccezioni decantate e leggendarie, gli uomini si sono nutriti finora come le formiche, i topi, i gatti e i buoi. Nasce con noi futuristi la prima cucina umana, cioè l'arte di alimentarsi. Come tutte le arti, essa esclude il plagio ed esige l'originalità creativa” (Marinetti e Fillia 1932, pp. 5-6). Si ritrovano molti motivi tipici del futurismo in questa proposta culinaria.

Per primo, la volontà di rottura col passato. La cucina futurista si basa infatti sulla eliminazione dei cibi tradizionali: pane e pasta (indicati come produttori di “fiacchezza e neutralismo”), oltre che sulla speranza che i cibi possano diventare fluidi, chimici, liofilizzati, tali da essere assunti sotto forma di tubetti (in modo anche da diminuire di costo, secondo gli autori). Si tratta di una tematizzazione “chimica”, molecolare, del cibo, che da un lato prefigura varianti scientifiche dell'alimentazione rivolte al futuro, come il cibo liofilizzato, e dall'altra correla questa dieta con la forma guerriera del corpo.

Questo mette in secondo piano quel “piacere del palato” che proprio i futuristi vogliono abolire. Saranno infatti non il gusto ma la spettacolarizzazione e la teatralizzazione (tratti peculiari di una valorizzazione ludico-estetica) a scandire il pasto futurista, concepito come uno spettacolo elitario in cui l'originalità visiva (in termini di coerenza plastica) e sensibile dei piatti (attraverso una serie di accostamenti programmaticamente irregolari tesi a produrre effetti di sorpresa) vengono valorizzate: ne sono indicati immediati i titoli dati ai pranzi sul modello di opere d'arte – ad esempio “pranzo aeropittorico”, “pranzo d'amore notturno” – e soprattutto quell'espansione dei processi alimentari (Marrone 2014) che va oltre il singolo piatto per investire interamente la dimensione complessiva del pasto, risemantizzandola in chiave estetica.

Si tratta di una iperbole culinaria in cui il cibo è trattato come materia per arti plastiche in un teatro dei sapori e dei profumi popolato di sovrastimolazioni sensoriali e talvolta di intermezzi teatrali, che manifestano una ulteriore spettacolarizzazione delle pratiche alimentari<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> Marinetti e Fillia (ib., 156) propongono infatti, con tono sarcastico, la presenza di un « negretto dodicenne » e di un uomo adulto ubriaco preso casualmente per strada a tavola, costretti a partecipare al pranzo dedicato ai diplomatici e usati come strumenti – di fatto “buffoni di corte” – per suscitare ilarità nei commensali, attraverso il

Vengono così stravolte le regole della tavola e la forma stessa del cibo. Il pasto infatti per Marinetti non deve essere un momento di convivialità ma di aumento della sensibilità: a cena non si deve parlare, ma si deve ascoltare musica fra una portata e l'altra, essere circondati da profumi abbinati ai piatti preparati, sulla base del cui colore deve essere imbandita la tavola. Il pasto deve anche essere un momento di sorpresa: devono essere presentati, ed odorati, più piatti di quanti in effetti saranno poi serviti in modo da stimolare la curiosità del degustatore. Si propongono poi, fra gli altri, dei pasti in cui non si mangia ma si assaporano solo profumi (il "pranzo oltranzista", in cui si indica che i partecipanti devono essere digiuni da due giorni) e a tal fine si prevede di individuare degli ambienti straordinari dal punto di vista dell'odorato (case al confine fra mare e lago ad esempio, per assaporare, alternati, l'odore del lacustre e del salmastro).

La preparazione del cibo, allo stesso modo, è orientata alla distruzione e ricostruzione degli ingredienti in forme artificiali, come se fossero delle sculture o dei ritratti<sup>3</sup>: è il caso del "pranzo dell'amico" o di quello "dello scapolo", in cui i piatti sono composti come ritratti di amici. L'esempio emblematico è però certamente il Carneplastico futurista, un piatto in cui un cilindro composto di carne ed undici verdure diverse cotte insieme al forno in modo da mantenere la compattezza anche quando verrà disposto verticalmente, coperto di miele, e circondato da una corona di salsicce e tre pezzi di pollo. Ma in generale quasi tutti i pasti proposti da Marinetti sono sottoposti ad una rivisitazione barocca ed eccessiva: sono sempre corrispondenti a valori semanticamente complessi, come l'agrodolce, o assemblati in modo da produrre accostamenti "irregolari" per i canoni della cucina tradizionale. La "cucina futurista" opera dunque uno stravolgimento del pasto tradizionale dunque, ma che presenta molte soluzioni e pratiche – come quella della titolazione dei piatti, della stimolazione di forme diverse di sensibilità, della composizione plastica e della scomposizione/ricostituzione del cibo - che saranno nel tempo largamente adottate.

#### 4. La cucina quotidiana: la valorizzazione pratica

Quale tipo di testo potremmo ricondurre alla valorizzazione pratica di cui parla J. M. Floch ?

Un testo che mi pare particolarmente interessante è il ricettario – comprendente alcune norme relative all'"etichetta" della buona tavola – intitolato *La cucina della massaia italiana*, scritto nel 1936 da Carlo Ciocca<sup>4</sup>. Si tratta infatti di un libro di cucina sul modello di ricettari precedenti, destinato a casalinghe borghesi il cui fine è esplicitamente quello di preparare degli ottimi piatti nell'ambito di una cucina quotidiana e familiare che preveda però anche le grandi occasioni sociali (infatti non mancano meticolose indicazioni sull'allevamento e l'alimentazione dei capponi per preparare pranzi di Natale). Il testo è generoso di indicazioni sul comportamento e l'organizzazione della tavola ma al contrario del testo futurista il fine non è rompere le convenzioni ma, esattamente al contrario, confermare l'"etichetta" borghese: fare "bella figura" a tavola conoscendo quello che una signora non deve fare per non essere "sconveniente". Questo è uno degli obiettivi, secondo Marrone, dei ricettari che manifestano una valorizzazione pratica della cucina.

Altra differenza notevole rispetto al manifesto futurista è nell'identificazione di un destinatario preciso, che è anche il soggetto performante della cucina, a partire dal titolo, che si riferisce contemporanea-

---

solletico del ragazzo e l'obbligo dell'ubriaco a tenere due ore di conferenza sul disarmo europeo e le relazioni internazionali. Emerge in questo la concezione razzista ed elitaria delle relazioni umane tipico del fascismo. Il sarcasmo non può che apparire oggi macabramente fuori luogo: dopo soli 8 anni l'Europa si sarebbe trovata in una guerra marcata dal razzismo di stato e dallo sterminio organizzato delle minoranze culturali ebraica, rom e sinti.

<sup>3</sup> Su questo specifico aspetto cfr. Vigo 2004, che sottolinea l'importanza dell' "aspetto visivo, pittorico e scultoreo sia delle portate che della composizione della tavola: ogni vivanda-scultura deve avere un'architettura originale, possibilmente diversa per ogni commensale, che gli dia la sensazione di mangiare un'opera d'arte" (Vigo 2004, p. 3).

<sup>4</sup> Sembra interessante anche considerare la data della pubblicazione del testo: nel 1936, subito dopo la guerra coloniale per la conquista del Corno d'Africa. Rispetto a questo avvenimento il titolo – *La massaia italiana* – sembra valorizzare non casualmente la dimensione nazionale.

mente alla cucina ma anche al ruolo tematico della “massaia italiana”. In tutto il testo è infatti scontato che il destinatario e il simulacro di lettore sia una donna che prepara dei cibi, mentre nel testo futurista le ricette e tutto il testo sono indirizzate a un destinatario che gusta e che vive l’esperienza culinaria come esperienza estetica, e la preparazione dei piatti è rinviata ad attori indefiniti, sempre diversi dai destinatari dei vari “pranzi proposti”.

Da questo deriva a mio parere il carattere pratico della valorizzazione sottesa a questo testo.

Ma ciò che colpisce è, all’interno di questa valorizzazione pratica, la presenza, oltre alle ricette, di un “regime alimentare” distinto per ruoli tematici dei destinatari (basati sull’età) e che presenta variazioni specifiche legate alle condizioni di salute, ai disturbi fisici e alle malattie, con indicazioni anche molto particolari (per esempio legate al diabete e alla misurazione della glicemia e delle quantità di carboidrati che è possibile ingerire). Questa particolare dieta – definita “regime alimentare” – occupa una parte del testo chiaramente definita, ma sembra manifestare una isotopia “medica”, che si può però rinvenire anche nelle altre parti del volume.

Alla tematizzazione dei cibi, legata al senso comune, si affianca una descrizione dei loro effetti sull’organismo organizzata in termini di sintassi narrativa che riprende le figure del discorso medico, ossia i cui attori sono le molecole del cibo. In una ricetta di bollito, ad esempio, si spiega in termini di azione della “purina” (componente chimico indicato con lettera maiuscola e trattato nel testo come un soggetto operatore) l’effetto di perdita del valore nutrizionale dovuta all’eccessiva bollitura. Da questo punto di vista è certamente un sapere quotidiano che il testo valorizza, ma è un sapere medicalizzato capace di valutare il cibo sulla base delle calorie e di considerare come “attori” dell’effetto alimentare non i componenti riconoscibili figurativamente del cibo consumato ma, al di là del gusto e del visibile, gli elementi invisibili a occhio nudo che operano al di sotto, o all’interno, dello strato visibile del cibo<sup>5</sup>. Sono essi ad essere indicati nel testo come attori narrativi, agenti di trasformazione biologica, e come elementi da manipolare per ottenere i maggiori ed i più efficaci effetti sulla salute. Si tratta di fatto di una medicalizzazione della cucina casalinga: l’effetto di spostamento dell’alimentazione nel campo semantico di una “medicina sociale” quotidiana.

## 5. Conclusioni

Questo aspetto colpisce perché durante il fascismo importanti servizi di assistenza sociale, in particolare le colonie infantili e le scuole, rilevanti nell’ambito generale della vita quotidiana della popolazione, avranno il cibo come elemento fondamentale. Si potrebbe ipotizzare che il tipo di sguardo particolare che il testo propone sia forse un frammento, un punto di emersione, capace di evidenziare il nuovo sguardo medico sulla popolazione come massa biologica collettiva che pervade la società e le istituzioni stesse dello stato durante il regime fascista (Cassata 2005). In questo senso il tipo di valorizzazione del cibo che esso sottende potrebbe rappresentare la versione pratica, quotidiana, di quella utopia bioestetica futurista che voleva attraverso il cibo migliorare “la nostra razza”. La pervasività di questo tipo di temi e figure in cui i problemi della salute e la figura collettiva della massa si insinuano in modi diversi tanto nei ricettari quotidiani che nei testi dell’avanguardia, mostra forse il punto di origine di un uso biopolitico del cibo la cui ombra inizia a proiettarsi durante il fascismo ma che si allunga, trasformandosi, fino alla contemporaneità in cui viviamo.

---

<sup>5</sup> In questo senso questa valorizzazione è molto simile a quella che Barthes aveva descritto magistralmente nei suoi *Miti d’oggi* (1957) a proposito delle pubblicità dei detersivi.

## Bibliografia

- Ciocca, C., 1936, *Manuale della massaia italiana*, Milano, Vallardi
- Floch, J.M., 1990, *Sémiotique, marketing et communication*, Paris, Puf ; trad. it. *Semiotica, marketing e comunicazione*, Milano, Franco Angeli 2016.
- Mangano, D., 2013, “Introduzione”, in Marrone G. e Mangano D., a cura, 2013, *Dietetica e Semiotica. Regimi di senso*, Milano, Mimesis
- Marrone 2007, *Il discorso di marca*, Roma-Bari, Laterza
- Marrone G., 2014, “Introduzione”, in Marrone G., e Giannitrapani, A., a cura, 2014, *La cucina del senso. Gusto significazione testualità*, Milano, Mimesis
- Marrone, G., 2013, “Testi di cucina e discorso programmatore: questioni introduttive”, in *E/C*, serie speciale, n.14 *Mangiare: istruzioni per l'uso*
- Fabbri, P., 2010, “Ipotizzare il periodo. Sintassi di un pranzo parolibero futurista”, in *Imprevisti Futuristi, Il Verri*, n. 1.
- Foucault, M., 2006, *L'uso dei piaceri. Storia della sessualità 2*, Milano, Feltrinelli
- Guazzigli Marrini, F., 2004, “Il sapore glocale della cucina in TV. Analisi socio-semiotica del film-spot “barilla 01” di Baricco-Wenders”, in *E/C*, rivista online dell'Associazione Italiana di Studi Semiotici, [www.ec-aiss.it](http://www.ec-aiss.it)
- Marinetti e Fillia, 1932, *La cucina futurista*, Milano, Sonzogno
- Marino, G., 2014, “Cucinaremale. Semiotica del cibo che fa passare l'appetito”, in *E/C*, rivista online dell'Associazione Italiana di Studi Semiotici, [www.ec-aiss.it](http://www.ec-aiss.it)
- Vigo, C., 2004, “Il linguaggio della cucina”, in *E/C*, rivista online dell'Associazione Italiana di Studi Semiotici, [www.ec-aiss.it](http://www.ec-aiss.it)
- Zannin, A., 2004, “Sull'immagine pubblicitaria della pasta di Semola: valori e passioni”, in *E/C*, rivista online dell'Associazione Italiana di Studi Semiotici, [www.ec-aiss.it](http://www.ec-aiss.it)
- Zuccardi Merli, A., 1941, *Cucina in tempo di guerra*, Roma, Unione editoriale d'Italia
- AA.VV., 1940, *Sapersi nutrire*, SA, Federazione PNF di Bologna