

CONTAMINAZIONI E MIGRAZIONI GASTRONOMICHE NELLE RICETTE DI JEHANE BENOÎT  
“GRANDE DAME” DELLA CUCINA CANADESE

Sergio Piraro

Attraverso le pubblicazioni di Jehane Benoît, celebre autrice quebecchese di ricettari della metà del secolo scorso, cercheremo di mettere in evidenza alcuni aspetti sociolinguistici della cucina quebecchese. L'analisi dell'*Encyclopédie de la cuisine canadienne*, una delle sue opere più importanti, e di alcune riviste gastronomiche a cui ha collaborato, ha permesso di constatarne l'importanza come mediatrice e vettore di trasmissione delle tradizioni gastronomiche sia locali che straniere negli anni '50 in Québec, mostrando il ruolo fondamentale della cucina nei processi di integrazione socioculturale e di affermazione identitaria all'interno della società canadese.

*Parole chiave*

Libro di cucina; Cultura; Québec; Relazione; Ricette.

GASTRONOMIC CONTAMINATIONS AND MIGRATIONS IN THE RECIPES OF JEHANE BENOÎT,  
“GRANDE DAME” OF CANADIAN CUISINE

Through the publications of Jehane Benoît, a famous Quebecois cookbook writer in the middle of the last century, we will try to highlight some sociolinguistic aspects of Quebec cuisine. The analysis of the *Encyclopédie de la cuisine canadienne*, one of her most important works, as well as of some gastronomic magazines where it is possible to find some of her recipes, have made it possible to ascertain her importance as a mediator and vector of transmission of foreign gastronomic traditions to Quebec housewives in the 1950s.

*Keywords*

Cookbook; Culture; Quebec; Relationship; Recipes.

<https://doi.org/10.6092/issn.2035-7141/21197>

CONTAMINAZIONI E MIGRAZIONI GASTRONOMICHE NELLE  
RICETTE DI JEHANE BENOÎT “GRANDE DAME” DELLA CUCINA  
CANADESE

Sergio Piraro

*Introduzione*

La storia della cucina quebecchese può essere divisa in vari periodi. Nel XVII secolo, le popolazioni indigene del Québec utilizzavano ingredienti locali come selvaggina, pesce, frutti di bosco e noci. Tecniche come l'affumicatura e l'essiccazione sono state fondamentali per la conservazione del cibo ed hanno gettato le basi per il variegato patrimonio culinario del Québec. In seguito, l'arrivo dei coloni francesi introdusse nuovi sapori e metodi di cottura: non è un caso infatti se piatti come stufati e pasticcini sono diventati centrali nella cucina del Québec, poiché riflettono le tradizioni culinarie francesi che si fondono con gli ingredienti locali.

Il dominio britannico, nel XVIII e XIX secolo, portò poi un'ulteriore diversità culinaria. L'introduzione del tè, dei prodotti da forno e delle conserve, influenzò in modo significativo le abitudini alimentari locali, integrandole alle pratiche vittoriane. Infine, nel corso del XX secolo, ondate di immigrati, provenienti da varie culture, hanno contribuito a differenziare e a variegare la scena gastronomica quebecchese. Gli immigrati italiani, portoghesi e asiatici hanno portato sapori e stili culinari unici, arricchendo il mosaico gastronomico della provincia con la creazione di piatti innovativi.

I libri di cucina raccontano la storia di un'epoca e, per questa ragione, bisogna riconoscerne il loro interesse non soltanto letterario, ma anche e soprattutto linguistico e socioculturale.

Nel Québec, è il caso del volume *L'Encyclopédie de la cuisine canadienne* di Jehane Benoît (1963)<sup>1</sup>. Menzionato come fonte di ispirazione o riferimento da chef stellati, come Martin Picard (2006), *L'Encyclopédie* figura in una serie di svariate produzioni artistiche e mediatiche<sup>2</sup>. Con Jehane Benoît «les habitudes gastronomiques canadiennes-françaises puis québécoises ont commencé à se raffiner» (Baillargeon, 2011).

In questo articolo, prenderemo in esame il periodo compreso tra il 1950 ed il 1960 e metteremo in luce parte del suo valore culturale. Successivamente, attraverso l'esplorazione di una rivista femminile, *La Revue moderne*<sup>3</sup>, proporremo un'analisi sociolinguistica della cucina quebecchese. Per fare questo, cercheremo di circoscrivere il genere testuale che costituisce il libro di cucina ed al contempo evidenzieremo la metodologia utilizzata per procedere allo spoglio del corpus de *La Revue moderne*<sup>4</sup>.

### *Jehane Benoît e i libri di cucina*

Se i primi testi di cucina sono apparsi con la stampa<sup>5</sup>, è solo nel XIX secolo che appaiono i libri di cucina casalinga scritti da donne per le donne. Il primo,

---

<sup>1</sup> Nell'Appendice a *L'Encyclopédie*, si legge: «On n'a pas à présenter Madame Jehane Benoît au public canadien: personnalité de la télévision et de la radio, conférencière, écrivain spécialiste des questions culinaires, elle occupe une place véritablement à part parmi les experts, et dès qu'il est question de cuisine, c'est à elle, et l'on pourrait presque dire, à elle seule, que l'on pense au Canada français» (p.8). È stata la prima a pubblicare un'Enciclopedia sulla cucina canadese. Tradotta in inglese, due anni dopo, è stata più volte ristampata e ancora oggi viene consultata.

<sup>2</sup> Occupa, per esempio, un posto centrale nella terza parte della trilogia di Alexis Martin (2016).

<sup>3</sup> Mensile fondato nel 1919 da Anne-Marie Gleason. «La Revue moderne», Montréal, da novembre 1919 a giugno 1960. In seguito ad una fusione, nel 1960 prende il nome di «Châtelaine».

<sup>4</sup> Questa fonte è disponibile online sul sito Bibliothèque et Archives nationales du Québec.

<sup>5</sup> Stephen Mennell in *Français et Anglais à table du Moyen Âge à nos jours* precisa che «[l]es livres de cuisine figurent parmi les premiers ouvrages imprimés. Le tout premier livre de cuisine imprimé fut sans doute le célèbre *Kuchenmeisterey*, qui fut publié à Nuremberg 1485 et qui connut 56 rééditions, dont 13 incunables». Citazione tratta dalla versione francese di *All Manners of Food: Eating and Taste in England and France from the Middle Ages to the Present*, 1985. Il primo libro di cucina stampato in Francia è *Le Viandier* nel 1486 (una versione attualizzata del *Viandier* di Guillaume Tirrel, il più celebre libro di cucina medievale), Massimo Montanari et Jean-Louis Flandrin (1996).

scritto in Québec, venne pubblicato nel 1840<sup>6</sup> ed era destinato alle casalinghe come indica il titolo: *La cuisinière canadienne* (1840)<sup>7</sup>. Questo libro conferma la presenza e l'integrazione nelle pratiche culinarie dell'epoca di varie componenti culturali: la tradizione francese<sup>8</sup>, l'incontro con l'America<sup>9</sup> e l'influenza britannica<sup>10</sup>. Tale volume<sup>11</sup> contiene molte parole inglesi, per esempio, *barley* (orzo) nella ricetta *Soupe à l'orge pelée*, (*Barley*)<sup>12</sup>. In alcune ricette, si trovano anche parole che gli autori hanno cercato di francesizzare, per esempio, *pipperminte* (pepperminte)<sup>13</sup> e *pudding* (pudding)<sup>14</sup>.

Alcune unità di misura presenti nel testo, come la *chopine*<sup>15</sup> e la *pinte*<sup>16</sup>, vennero utilizzate nel Québec fino al 1960 e oltre. Le misure rilevate nel testo sono di origine

<sup>6</sup> In Francia, nonostante una tradizione molto più antica, le autrici femminili si affermano solo durante il periodo delle due guerre mondiali. Tra le altre ricordiamo, Saint-Ange, E. (pseudonimo di Marie Ébrard) (1927), *Le livre de cuisine de Mme E. Saint-Ange. Recettes et méthodes de la bonne cuisine française*, Paris, Larousse [pubblicato altre sei volte tra il 1952 ed il 2005], 1375 p.; Ginette, Mathiot (1932), *Je sais cuisiner*, Paris, Albin Michel [pubblicato altre dieci volte tra il 1950 ed il 2013], 700 p.

<sup>7</sup> Nella sua edizione originale era un'opera di piccolo formato, un libretto.

<sup>8</sup> La cucina franco-canadese unisce le varie correnti culturali: essa non è francese e neanche britannica ma integra queste identità.

<sup>9</sup> I piatti presentati in tale libro uniscono, alla base francese, vari alimenti legati al territorio come la selvaggina ed i prodotti dell'acero.

<sup>10</sup> A parte i prestiti diretti alla cucina britannica come le ricette di «plume pudding» o di «roast beef», vi è l'apparizione di nuovi piatti così come di nuovi alimenti lasciati in eredità dalla tradizione britannica.

<sup>11</sup> L'edizione da noi consultata ([S. n.] 1865) è disponibile online all'indirizzo URL: [https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist\\_banq/web/pdf.php/E3oyD7wJ9eV61-LDHToBQg.pdf](https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist_banq/web/pdf.php/E3oyD7wJ9eV61-LDHToBQg.pdf)

<sup>12</sup> «Soupe à l'orge pelée, (*Barley*).—Même procédé que pour le riz, seulement qu'il faut que le barley bouille durant deux heures. On y peut mêler un peu de chou, carottes, persil, navets» (ivi, 26).

<sup>13</sup> «Liqueur de minte (peppermint).—Jetez de l'essence de peppermint dans du rum blanc à votre goût; faites un sirop que vous mettez avec votre rum et peppermint sur le feu, en remuant; écumez et mettez en bouteille» (ivi, 220).

<sup>14</sup> «Pudding cuit au four.—Prenez cinq œufs, ôtez un jaune, prenez cinq cuillerées de fleur, du sucre au goût, de la muscade râpée un peu grosse, du gingembre si vous voulez; deux cuillerées de bon beurre fondu, battez le tout un peu longtemps, ajoutez ensuite une chopine de crème ou de bon lait frais; battez de nouveau pour mêler le tout, graissez un plat, qu'il soit assez grand pour n'être pas absolument plein, qu'il s'en manque environ un bon doigt; alors versez le tout et faites cuire dans un four ou poêle un peu chaud» (ivi, 118).

<sup>15</sup> Utilizzata in una trentina di ricette, corrispondeva a circa mezzo litro, cioè la metà di una pinta. Per esempio nella ricetta del «Café au lait.—Faites bouillir une moyenne chopine de café moulu dans une chopine de lait pendant un quart d'heure, ajoutez ensuite un petit morceau de colle de poisson pour le clarifier, et laissez-le encore bouillir quelques minutes: ensuite, vous le mettez près du feu pour qu'il repose» (ivi, 217).

<sup>16</sup> Utilizzata generalmente per i vini ed i liquori, equivaleva a poco meno di un litro. Per esempio nella ricetta «Glace à la vanille.—Prenez un demi-gros de vanille, huit onces de sucre; faites bouillir dans une demi-pinte de lait, passez au tamis et faites glacer» (ivi, 186).

francese, tuttavia la parola *tasse*<sup>17</sup> sembra essere di origine americana e non britannica. Probabilmente, l'editore del libro, essendo stato esiliato negli Stati Uniti, al suo rientro in patria aveva portato con sé delle opere americane e questo, spiegherebbe l'uso di questo termine. Alla luce di questi esempi, si può affermare che tale volume rappresenta un modello di un'economia casalinga, saggia e proporzionata alle possibilità delle famiglie canadesi.

Nel XX secolo possiamo individuare quattro principali forme di pubblicazione dei libri di cucina casalinga: i manuali di insegnamento casalingo, le pubblicazioni aziendali, i libri di cucina collettivi ed i libri di cucina professionali. Queste pubblicazioni si distinguono principalmente per il profilo dei loro autori e per il loro progetto di trasmissione dei saperi. In Québec, per quanto riguarda l'insegnamento domestico, sono soprattutto le congregazioni religiose femminili che si assumono la responsabilità di tale insegnamento e della redazione di manuali. Tra i vari libri, il più conosciuto rimane *La cuisine raisonnée* (1919)<sup>18</sup>, delle Suore della Congregazione di Notre-Dame, utilizzato fino alla chiusura degli istituti familiari alla fine degli anni '60. A tal proposito, Jehane Benoît fu una pioniera aprendo a Montréal una scuola di cucina inglese e francese, *Au fumet de la vieille France*, che ha attirato circa 8000 studenti in quattro anni<sup>19</sup>. Vi aggiunge, poi, un ristorante, il *Salad Bar*<sup>20</sup>. A partire da questo periodo, pubblica i suoi primi libri di cucina: *Les meilleures recettes de Jehane P. Benoît* (1949), *Secrets et recettes du cahier de ma grand-mère* (1959).

Con l'industrializzazione, le pubblicazioni d'impresa offerte a basso costo, quando non sono gratuite, hanno un carattere promozionale. Anche Jehane Benoît

<sup>17</sup> «Cookery (chiefly n: Amer.). A measure of capacity equal to the amount it takes to fill a cup [...] used for measuring dry or liquid ingredients by volume». (*Oxford English Dictionary*). Presente in varie ricette tra cui «Biscuits à l'anglaise.-Trois tasses de sucre, trois œufs, une tasse de beurre, une tasse de lait, un peu de perlasse; ne la faites pas aussi épaisse que la pâte au pain de savoie, et mettez dans des moules» ([S. n.] 1865-124).

<sup>18</sup> Tale libro, che ha avuto 15 edizioni dal 1919 al 2008, è sempre attuale. Secondo lo chef Daniel Vézina «C'est un livre mythique que j'ai vu dans les mains de plusieurs personnes. [...] C'est un livre qui véhicule beaucoup de valeurs, et des valeurs qui sont très actuelles», dice lo chef Daniel Vézina, che ha scritto la prefazione alla nuovissima edizione, che è stata scritta dalle suore della Congregazione di Notre-Dame. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/les-eclaireurs/segments/entrevue>. Pubblicata il 31 ottobre 2018.

<sup>19</sup> <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/benoit-jehane>.

<sup>20</sup> Viene considerato il primo ristorante vegetariano di Montréal.

parteciperà a questo tipo di pubblicazione. Il ricettario collettivo, invece, riunisce ricette fornite dai membri di un gruppo come organizzazioni, associazioni e comunità, il più delle volte femminili. Tranne qualche eccezione, la diffusione di questi libri è piuttosto circoscritta geograficamente. Tra queste eccezioni, segnaliamo l'impatto ottenuto dal libro *Qu'est-ce qu'on mange?* (1989). L'ultima forma di ricettario sono i libri specializzati che corrispondono ad opere destinate alla distribuzione nelle librerie.

*L'Encyclopédie de la cuisine canadienne* è un chiaro esempio di questo tipo di libro. Scritto da un'autrice di successo, si tratta di un'opera generalista sul tema della cucina quotidiana, pubblicata da editori di successo come *Les Messageries du Saint-Laurent*<sup>21</sup>. Tale volume propone una lettura specifica delle ricette di cucina con il suo particolare progetto editoriale, ovvero porre l'accento sull'esistenza di una cucina nazionale, precisando, al contempo, una serie di regole fondamentali e imprescindibili da rispettare in cucina.

Nonostante l'importanza e la popolarità di quest'opera che, in qualche modo, cerca di far guadagnare ai libri di cucina quel riconoscimento e quella dignità di genere testuale mai ottenuti, tali testi godono di un riconoscimento istituzionale limitato. Ancora ai giorni nostri, questo genere sembra non godere di un adeguato riconoscimento: ne è una prova, l'assenza di una definizione di «libro di cucina» e di «libro di ricette»<sup>22</sup> nelle opere di riferimento in lingua francese, come i dizionari *Le Petit Robert*, *Larousse* e *Usito* i quali non forniscono una definizione, perché come nomi composti vengono trattati come sotto voci.

Nei tre dizionari, troviamo infatti libro di cucina e libro di ricette sotto le voci «cuisine»<sup>23</sup> e «recette»<sup>24</sup>, ma non compare nessuna delle due sotto la voce «livre».

<sup>21</sup> Casa editrice fondata nel 1960 da Pierre Tisseyre.

<sup>22</sup> Termium (TERMIUM Plus®, la banca dati terminologica e linguistica del governo canadese) distingue le due espressioni come segue: «Il peut être utile de faire la distinction entre ces deux expressions. Le livre de recettes ne contient que des recettes, alors que le livre de cuisine contient en plus des renseignements généraux sur la cuisine».

[http://www.btb.termiumplus.gc.ca/tpv2alpha/alphafra.html?lang=eng&i=1&srchtxt=BOOK+CUISINE&index=alt&codom2nd\\_wet=1#resultrecs](http://www.btb.termiumplus.gc.ca/tpv2alpha/alphafra.html?lang=eng&i=1&srchtxt=BOOK+CUISINE&index=alt&codom2nd_wet=1#resultrecs).

<sup>23</sup> «Cuisine», Usito. URL : <https://www.usito.com/dictio/#/contenu/cuisine.ad>; «Cuisine», Larousse en ligne. URL : <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/cuisine/20963/locution>.

Questa assenza denota la posizione marginale occupata dal libro di cucina nel campo “semantico” ufficiale del libro e per estensione nel campo letterario in generale. La definizione utilizzata da Wikipedia in francese è simile alle definizioni precedenti: «Un libro di cucina è una raccolta di ricette o di considerazioni gastronomiche»<sup>25</sup>.

Se le ricette restano l'elemento centrale, questa definizione fornisce alcuni chiarimenti. Essa introduce con il termine “raccolta” l'idea di una selezione, di un assemblaggio di brani scelti, mentre l'uso della congiunzione disgiuntiva “o” permette di sottolineare un'altra caratteristica importante, quale la possibilità di non trovare esclusivamente ricette ma anche o soltanto “considerazioni gastronomiche”. Il termine “considerazioni” colloca infatti le osservazioni in una dimensione più riflessiva e soggettiva che direttiva o informativa. L'aggettivo “gastronomico”, da parte sua, si riferisce a questo stato perfezionato della cucina – l'arte del buon cibo<sup>26</sup> – piuttosto che al suo insieme. Sebbene queste definizioni forniscano informazioni sui principali elementi che compongono il libro di cucina e sulla sua forma più frequente, esse non riescono a rendere conto della complessità dell'oggetto, della molteplicità di forme che può assumere e lasciano solo appena intravedere la logica della sua composizione e del suo funzionamento. In pratica, queste poche definizioni non danno al ricettario casalingo la giusta importanza.

### *L'Encyclopédie, caratteristiche dell'opera*

In occasione del lancio de *L'Encyclopédie*, Françoise Kayler<sup>27</sup> ha descritto l'opera, a beneficio dei suoi lettori de *La Presse*<sup>28</sup>. Il libro ha una struttura in 50

---

<sup>24</sup> «Recette», Usito. URL: <https://www.usito.com/dictio/#/contenu/recette.ad> Si noti che l'espressione viene usata anche nel campo finanziario.

<sup>25</sup> «Livre de cuisine», Wikipédia. URL: [https://fr.wikipedia.org/wiki/Livre\\_de\\_cuisine](https://fr.wikipedia.org/wiki/Livre_de_cuisine).

<sup>26</sup> «Gastronomie», Usito et CNRTL. URL: <http://www.cnrtl.fr/definition/gastronomie>.

<sup>27</sup> Françoise Kayler è stata una giornalista e critica gastronomica della fine degli anni '60. Ha scritto per *La Presse* e, per più di quarant'anni, è stata la critica culinaria più importante del Québec.

<sup>28</sup> «La Presse» è un quotidiano fondato nel 1884 a Montréal da William-Edmond Blumhart. Attualmente è un giornale online in lingua francese pubblicato quotidianamente.

capitoli, riassunta nell'indice posto all'inizio del libro (appendice B), che organizzano le ricette tematicamente e forniscono all'autrice l'opportunità di sviluppare un argomento specifico per questa categoria, per esempio i principi base della preparazione di un piatto o gli elementi base del sandwich (Benoît 1963, 447).

Il contenuto dei suoi capitoli varia: alcuni riguardano una tipologia di piatti, esempio antipasti e tartine, panini, ecc., altri un alimento, esempio agnello, uova, ecc. o una categoria di alimenti, esempio verdura, formaggi, ecc., altri ancora presentano una tecnica o uno strumento di preparazione, esempio i girarrosti, il frullatore elettrico, le conserve, ecc. ed infine alcuni capitoli riuniscono informazioni che concernono un tema più specifico, esempio aritmetica in cucina e salute, consigli per le giovani spose, ecc.

Le caratteristiche formali e strutturali di tale opera hanno come effetto quello di moltiplicare le possibilità di lettura. Tali caratteristiche, che potrebbero sembrare dettate solo da un'esigenza di funzionalità, rivelano in realtà la particolarità di un progetto editoriale molto più complesso. In breve, l'indice propone dei percorsi molto precisi che conducono ad una ricetta o ad una informazione, mentre i capitoli permettono di circoscrivere la lettura. In tal modo, vedremo che alcune ricette provengono da tradizioni culinarie di diverse nazionalità, per esempio cinese o italiana che tratteremo successivamente.

Il libro di cucina, quindi, attraverso la suddivisione in capitoli, presenta una struttura e anche una certa idea degli alimenti, mentre l'indice rende le ricette più facilmente reperibili e permette una rapida consultazione. In tale contesto, la voce dell'autrice si insinua tra le ricette dando spazio a suggerimenti e consigli tecnici. La salsa olandese, per esempio, privilegiava la tecnica della padella e non quella del bagnomaria, per evitare che andasse a male.

La selezione delle ricette propone due criteri secondo la prefazione dell'editore. Il primo è quello di raccogliere le ricette che riguardano tutti gli aspetti



della cucina canadese<sup>29</sup> con l'obiettivo di farla conoscere e conservarla. Il secondo criterio è quello della rivisitazione di ricette pratiche e utili a tutti. Le ricette scelte per costituire il repertorio della cucina canadese sono anche selezionate in funzione della disponibilità dei suoi ingredienti<sup>30</sup> e della comprensione delle sue spiegazioni. Per lei, queste sono le regole fondamentali della cucina, fornite insieme ai capitoli, che danno accesso alla libertà in cucina, poiché una ricetta è, nelle sue parole, «un thème sur lequel une cuisinière intelligente exécute à chaque fois une variation différente» (Benoît 1963, 11).

*Alle origini della cucina quebecchese: ricette e commenti*

*L'Encyclopédie* riflette la storia, la geografia e l'ingegno gastronomico del popolo quebecchese. I piatti di tradizione francese, trasmessi nel Québec da madre in figlia, hanno subito numerosi cambiamenti perché hanno dovuto adattarsi ai prodotti delle foreste, delle pianure, dei laghi, dei fiumi e del mare, tutti soggetti a delle rigorose stagioni. La cucina quebecchese è, dunque, di tradizione francese ma di ispirazione canadese. Gli indiani insegnarono ai colonizzatori francesi ad affumicare la carne nelle loro tende, a grigliare il pesce sotto i tronchi di acero, a trovare il prezzemolo nel bosco e a trovare le erbe mediche.

I Gesuiti si accorsero che un residuo zuccherino si depositava sulla carne della selvaggina, bollita in una linfa. Sembra essere questa l'origine dello sciroppo d'acero, questo delizioso dessert del Québec che si mangia ancora oggi. I Canadesi sono amanti di grano saraceno, eredità bretone. Le crêpes nel Québec prendono il nome di frittelle. A volte, vengono mangiate con il burro e lo zucchero, ma più spesso con la melassa. Lo zucchero di canna, la melassa e le spezie furono portate dagli inglesi. Altra influenza bretone: la grande pagnotta di pane con lievito madre di patate, cotta

---

<sup>29</sup> La cucina canadese è unica al mondo. Infatti, ha conciliato la cucina francese con tutte le sue raffinatezze, la cucina americana, la cui apparente semplicità nasconde una ricchezza ed una complessità straordinarie, e infine la cucina tradizionale del Québec.

<sup>30</sup> L'argomento è ripreso nella pubblicità dell'epoca: gli opuscoli sono disponibili presso Steinberg, che specifica che tutti gli ingredienti sono disponibili anche lì; pubblicità su «La Presse», 14 dicembre 1963, p. 25.

sul fuoco a legna. In Canada prese il nome di «pain sur la sole», perché veniva cucinata sulla base in pietra di un forno, riscaldato con legna d'acero molto secca. Nel Québec, ancora oggi esistono questi forni<sup>31</sup>.

Dalla regione del Poitou, la cucina quebecchese ha conservato le omelette al lardo e le crêpes croccanti, mentre dalla Normandia ha ereditato l'anatra alle mele, le crêpes alle mele, stufati e zuppe. La «cipaille», piatto natalizio, è un tipico esempio di trasformazione di una ricetta d'origine inglese. Durante l'epoca coloniale, gli inglesi mangiavano la «sea pie», un piatto a sei strati di pasta frolla ripiena di pesce, di patate e cipolle tagliate sottili, il tutto copiosamente spruzzato con acqua salata e cotta al forno per varie ore. I francesi del Canada cambiarono il loro nome in «six pâtes». Ma, alla lunga, il nome venne cambiato nuovamente in «cipaille» che si avvicinava al nome inglese, mentre la ricetta se ne discostava totalmente (Benoît 1963, 11)<sup>32</sup>. Si tratta di una delle prelibatezze gastronomiche del Québec.

Nell'*Encyclopédie*, la selezione delle ricette procede secondo due logiche. La prima è quella di riunire le ricette che costituiscono tutti gli aspetti della cucina canadese allo scopo di farla conoscere e di conservarla. Come abbiamo avuto già modo di sottolineare, la cucina canadese è unica al mondo per il fatto di aver saputo coniugare in maniera armonica, la cucina francese con tutte le sue raffinatezze, la cucina americana la cui semplicità apparente nasconde una ricchezza ed una complessità straordinarie, ed infine la cucina tradizionale quebecchese.

La seconda logica è quella della recensione di ricette pratiche e utili a tutti. Le ricette scelte per costituire il repertorio della cucina canadese sono selezionate in funzione della reperibilità dei suoi ingredienti e si caratterizzano per la chiarezza delle spiegazioni nella preparazione dei piatti. Per far comprendere come i diversi

---

<sup>31</sup> «Issue des traditions de cuisson sur la sole, ce grand cru saura ravir les fins connaisseurs. Farine de blé • Eau • Levure • Shortening (huile de palme modifiée) • Sucre • Lactosérum en poudre (lait) • Sel • Huile de tournesol • Propionate de calcium • Peroxyde de benzoyle • Azodicarbonamide • Riboflavine • Esters tartriques des mono et diglycérides acétylés • Carbonate de calcium • Amylase • Acide ascorbique • Xylanase • Lipase • L-cysteine Notre méthode de préparation traditionnelle lui assure une légèreté et une saveur incomparable», <https://www.boulangerieblouin.com/fr/produit/pain-cuit-sur-la-sole/117-pain-cuit-sur-la-sole.html?categorieId=1>.

<sup>32</sup> La «cipaille»: «pâté de lard, poulet, lièvre et perdrix, le tout aromatisé de thym, sarriette, oignon et persil. Un bouillon bien corsé enrobe la pâte du fond et la vapeur aromatique qui s'en dégage cuit les autres rangs de pâte et de viande dans un four lent durant huit à douze heures».

processi culturali di contaminazione, “métissage” e “migrazione” hanno profondamente caratterizzato e caratterizzano ancora oggi la cucina canadese, prenderemo adesso in esame alcune ricette che, a un primo impatto, appaiono legate a una cultura gastronomica straniera, ma che sono, invece, il frutto dei gusti locali e degli incroci culturali all’interno del territorio canadese.

Alcune ricette considerate di origine straniera, ad un attento esame, non lo sono affatto<sup>33</sup>. Prendiamo, per esempio, in esame la sua ricetta «canard à la chinoise» (Benoît 1963, 219-220). Il nome della ricetta ci permette di associarla alle tradizioni culinarie cinesi. Esaminando gli ingredienti (anatra, zucchero, sale, miele, salsa di soia, brodo e acqua) scopriamo che la combinazione di miele e salsa di soia la rende una ricetta agrodolce. Leggendo la preparazione capiamo che l’anatra deve essere marinata e poi arrostita al forno (niente di stravagante). Jehane Benoît aggiunge che «le canard se sert simplement accompagné de sauce aux prunes chinoises», immaginiamo acquistata in un negozio.

Praticamente, possiamo contestare la provenienza etnica di questa ricetta perché non è corrispondente a quella originale cinese, tuttavia, per il lettore è una ricetta straniera cui fare riferimento e quindi da mantenere. Anche la storia del «pâté chinois»<sup>34</sup>, piatto nazionale del Québec, il cui appellativo è ancora oggi sconosciuto, testimonia questa importante presenza cinese. La presenza di questa ricetta è un esempio di integrazione culturale in un contesto storico-politico che aveva persino approvato una legge contro l’emigrazione cinese nel 1923<sup>35</sup>. In tal senso, risulta

---

<sup>33</sup> Questo esame si basa su un’opera di riferimento, il *Larousse Gastronomique*, per assegnare una identità nazionale ad ogni ricetta.

<sup>34</sup> «Le nom “pâté chinois” est un mystère historique amusant. Contrairement à ce que l’on pourrait penser, ce plat n’a pas d’origine chinoise. L’une des théories les plus répandues suggère que les ouvriers chinois, lors de la construction du chemin de fer canadien au 19<sup>e</sup> siècle, auraient inspiré cette recette par leur façon simple et économique de cuisiner. Une autre explication est que le terme « chinois » était utilisé au Québec pour désigner quelque chose d’étrange ou d’exotique». La ricetta di Jehane Benoît: «1 à 2 tasses de restes de bœuf cuit, haché ou 1 lb de bœuf haché, 3 coupes à de gras de viande, 2 gros oignons, émincés, ½ c. à thé de sarriette, sel et poivre, au goût, 1 boîte de blé d’Inde en crème, 4 tasses de pommes de terres cuites, écrasées». <https://www.francoislambert.one/blogs/recettes/pate-chinois-classique?>

<sup>35</sup> Molti dei Cinesi d’oltremare che lavorarono alle ferrovie in Nord America nel XIX secolo, soffrirono a causa della discriminazione in Canada e negli Stati Uniti. Sebbene le leggi discriminatorie siano state abrogate o non siano oggi più in vigore, entrambi i paesi avevano un tempo introdotto leggi che proibivano ai Cinesi di entrare nel paese, per esempio la “Legge di esclusione dei Cinesi” (*Chinese Exclusion Act*) degli Stati Uniti del

esplicativa la storia della famiglia Wong, originaria della Cina, ancora oggi proprietaria di un ristorante a Québec City<sup>36</sup>.

Anche la presenza di una numerosa comunità olandese in Canada spinse l'autrice ad inserire elementi di tale cultura nel suo ricettario. La «salsa olandese»<sup>37</sup>, per esempio, come ricetta classica della gastronomia francese, non ammette sostituzioni di ingredienti, soprattutto perché le migliori varianti sono state codificate ed hanno nomi propri<sup>38</sup>. Per la sua preparazione sono necessari ¼ o ½ tazza di burro freddissimo, due albumi e mezzo limone spremuto.

La «salsa maltese», introdotta probabilmente dai coloni inglesi, sostituisce il succo di limone della salsa olandese con quattro cucchiari di succo d'arancia. Gli immigrati dei Paesi bassi riuscirono per generazioni a non farsi assimilare dal resto della popolazione locale e a conservare lingua, usi e tradizioni della terra d'origine. Tutto questo testimonia il carattere multi-etnico della «salsa olandese». In tutte le sue descrizioni delle fonti, a cui attinge la cucina canadese, l'autrice mette inequivocabilmente in risalto un elemento comune: il piacere di mangiare.

Le scelte degli aggettivi usati per qualificare i cibi e l'abbondanza di menù dettagliati rendono appetitose le descrizioni. Questo tono da esperta di cibi raffinati è chiaro nella descrizione della preparazione del paté di pollo dove Benoît enfatizza la consistenza, l'odore e i sapori dei diversi ingredienti<sup>39</sup>. Il tono raffinato dell'autrice

1882 (abrogata nel 1943) o la “Legge sull’immigrazione cinese” (*Chinese Immigration Act*) del Canada del 1823 (abrogata nel 1947). [https://it.wikipedia.org/wiki/Cinesi\\_d%27oltremare](https://it.wikipedia.org/wiki/Cinesi_d%27oltremare)

<sup>36</sup> <https://www.restaurantwong.com/une-histoire-de-famille>

<sup>37</sup> «In Italia siamo poco avvezzi a questa salsa dal nome olandese, inventata in Francia. Eppure, nell’alta cucina francese la cosiddetta sauce hollandaise è considerata una delle salse madri, dalla quale derivano altre preparazioni a base di tuorlo d’uovo e olio (cioè le maionesi). Le sue origini si perdono nei meandri della storia: pare possa essere una rivisitazione francese di una salsa già in uso nei Paesi Bassi (da qui il nome), creata per rendere omaggio alla visita in Francia del re d’Olanda. Sta di fatto che alla fine del 1600, alcuni ricettari riportavano già una salsa molto simile a quella moderna». <https://www.sfizioso.it/salsa-olandese-ricetta-e-storia/>

<sup>38</sup> La salsa mousseline, la salsa di senape di lusso e la salsa maltese indicate a pag. 423 de l’*Encyclopédie*.

<sup>39</sup> “Le pâté de poulet à sa façon québécoise” in *L’importance d’un savoir culinaire* (Benoît 1963, 11). La ricetta esatta per il “Paté di pollo” si trova alle pagine 188-189: «Poule bien grasse et tendre, mijotée avec des aromates et quelques légumes. La viande cuite se détache des os. On l’enrobe d’une sauce ivoire, crémeuse et légère, qui goûte bon le bouillon de poule bien réduit. On ajoute quelques pommes noisette, des pois verts et des petits oignons. On verse le tout dans une terrine tapissée de pâte brisée. On recouvre de même pâte et l’on cuit dans un four moyen pour la dorer. La sauce répand son odeur appétissante. C’est le plat des premières communions, du Jour de l’An, du déjeuner de la mariée et des beaux dimanches en famille».

incoraggia la lettrice a trovare i mezzi per cucinare in modo che sia buono, che dal suo punto di vista consiste nel seguire le regole fondamentali che insegna. In tal modo, la raffinatezza del suo tono giustifica il suo didattismo.

L'esempio della descrizione del *paté* di pollo mostra che la sua scelta si unisce ad una conoscenza approfondita del piatto, dei suoi ingredienti e delle fasi della sua preparazione: «placer la poule dans une grande casserolle avec le sel, le poivre, le céleri, l'oignon, le thym ou la sarriette et la feuille de laurier. Recouvrir d'eau chaude. Couvrir et faire mijoter jusqu'à ce que la poule soit tendre» (Benoît 1963, 188). Paragonare tale ricetta con quelle presenti nei libri coevi<sup>40</sup>, permette di vederne la rigorosa precisione di cui l'autrice dà prova nella scelta dei termini che utilizza e nel puntuale rispetto delle procedure e delle fasi di realizzazione del piatto.

Dimostra la maestria che ci si aspetta da un insegnante: il suo tono diventa chiaramente didattico quando cerca di presentare, in ogni capitolo, le regole fondamentali della buona alimentazione e della cucina. Queste regole possono riguardare tanto una categoria di alimenti quanto un insieme di ricette, un elettrodomestico o una preparazione.

Nel capitolo "La cuisson des viandes" (Benoît 1963, 78-79)<sup>41</sup>, la lezione sulla cottura dell'arrosto è esemplare per quanto riguarda la fusione tra aspetti gastronomici e didattici

Cette leçon sur les principes fondamentaux du rôtiage des viandes, une fois apprise et bien appliquée, est destinée à bannir à tout jamais de votre table les rôtis manqués. [...] Permettez-moi de vous guider, étape par étape, dans l'exécution parfaite d'un rôti. (*Ibid.*)

Per poter gustare questi piatti, spiega la Benoît, è necessario conoscere i procedimenti che permettono di raggiungere il risultato desiderato. A tal fine, l'autrice fornisce continuamente spiegazioni in tutta *l'Encyclopédie*, financo nell'esempio delle uova strapazzate, che lei descrive come errore elementare.

---

<sup>40</sup> Tra essi ricordiamo: Congrégation de Notre-Dame 1961 e AA. VV. 1958.

<sup>41</sup> Il capitolo comincia con una sezione dal titolo *La manière la plus facile de faire un rôti est la meilleure*. Seguono tre pagine di spiegazioni tra cui «10 regole fondamentali per ottenere una storia perfetta» e «3 modi per fare una salsa» così come «suggerimenti per aromatizzare le salse».

Per usare in modo appropriato le ricette, per esempio, bisogna evitare di commettere un errore elementare come quello di togliere le uova strapazzate dal fuoco prima di aver finito di cuocerle, perché continuano a cuocere anche pochi secondi dopo essere state tolte dal fuoco. Con giustificazioni logiche, tecniche e scientifiche, la Benoît spiega i diversi ragionamenti che si riferiscono alle ricette e dà loro credibilità attraverso questa forma di oggettivazione.

Oltre ad aumentare l'interesse per le sue spiegazioni, il fatto di condividere commenti che evidenziano l'apprezzamento di determinati piatti, ha l'effetto di attirare l'attenzione su piatti iconici della cucina canadese come il *paté* di pollo o il *roast beef* della domenica, ma anche sui panini e le grigliate. L'atteggiamento prevalente della Benoît corrisponde alla sua concezione della cucina. A suo parere, cucinare è un piacere che si ottiene quando la conoscenza e la comprensione delle regole fondamentali spingono la cuoca verso un'autonomia, che le permette di esprimere la propria personalità attraverso i piatti che prepara.

Il successo de *L'Encyclopédie* è tanto il successo di un libro quanto quello della sua autrice<sup>42</sup>. Nel 1991, al momento della sua ristampa, fu ribattezzata *L'Encyclopédie de la cuisine de Jehane Benoît*<sup>43</sup>. Questa modifica del titolo mostra fino a che punto l'identità del libro sia intimamente legata a quella della sua autrice.

### *La Revue Moderne*

Fondata nel 1919, tale rivista<sup>44</sup> propone articoli sulla società, una storia a puntate, notizie varie ed una sezione dedicata alle pagine femminili che riguardano l'abbigliamento, la cura del corpo e la cucina. Con un lavoro non ancora ultimato,

---

<sup>42</sup> Un estratto tratto da una pubblicità per *La Nouvelle Encyclopédie de la Cuisine di Jehane Benoît* pubblicato su «La Presse» il 30 settembre del 1970, quaderno H, p. 10, evidenzia l'importante valore simbolico associato al nome dell'autrice: «Il suo nome è davvero sinonimo di ottima cucina canadese».

<sup>43</sup> Dopo essersi intitolata *La Nouvelle Encyclopédie de la cuisine* nelle due edizioni precedenti (1971 e 1981).

<sup>44</sup> Nel 1950, quattro pagine della rivista, che ne contava una cinquantina circa, sono dedicate alle ricette di cucina. Le ricette, raramente accompagnate da immagini, si presentano sotto forma di brevi paragrafi in cui gli ingredienti e le preparazioni sono spesso mescolati.

considerato il gran numero di ricette presenti, stiamo procedendo allo spoglio del corpus della rivista a partire dal 1950 fino al 1960.

Si tratta di circa 120 numeri che raggruppano più di duemila ricette e si procede, cercando di differenziare le ricette locali da quelle potenzialmente straniere. Per far questo, vengono numerate le ricette indicando autrice, pagina e titolo. Particolare attenzione viene dedicata alle ricette straniere per determinarne l'originalità. In tale prospettiva, uno strumento indispensabile appare il dizionario *Larousse gastronomique*, in quanto utile al lavoro di attribuzione di una precisa identità socio e geoculturale a queste ricette.

Anche le preparazioni ed i loro ingredienti, per esempio, possono modificare la nostra percezione di una ricetta per considerarla di origine straniera. In effetti, una zuppa di lenticchie potrebbe essere classificata etnica se l'autore, in tale contesto, spiega che si tratta di una ricetta tradizionale italiana.

La maggior parte delle informazioni relative alla collaborazione di Jehane Benoît con «La Revue moderne», sono pervenute a noi tramite il saggio biografico del marito Bernard (Benoît 1988). Molto nota fra i quebecchesi,

Sa manière de parler cuisine était didactique. Elle favorisait le côté enseignement de l'art culinaire qu'elle allégeait fréquemment par des références à l'histoire et à l'amour. [...] C'est dans cet esprit que Jeanne entreprit une collaboration à La Revue moderne, alors dirigée par Léo Cadieux. (Ivi, 20)

Lei si distingue per la voglia di trarre ispirazione dalle tradizioni culinarie locali, ma anche per scoprire quelle provenienti da altri paesi.

Questi interessi caratterizzano la sua collaborazione alla «Revue moderne»: per un decennio, dal 1949 fino al 1958 dirige le pagine dedicate alla gastronomia. All'inizio, la maggior parte dei numeri della rivista includevano, contemporaneamente, alcune sezioni dedicate alla cucina: «Cuisinons», «Spécialité du mois», «Cuisine éclair», «Petit dictionnaire de la cuisine» et «Ma fourchette voyage». Ognuna di queste parti, si caratterizzava per la preparazione rapida delle ricette, per gli ingredienti, per la spiegazione dei termini usati e per le ricette raccolte all'estero.

Durante la sua permanenza alla *Revue*, la Benoît dimostra un interesse costante per la cucina italiana, vista la presenza di una folta comunità italiana in Canada. Una delle sue prime ricette italiane trae spunto dalla festa di San Giuseppe in Sicilia:

On choisit, parmi les villageois, un vieillard, une belle jeune femme et un petit enfant dont le rôle sera de représenter la Sainte Famille. [...] Tous les invités sont libres d'aller et venir tel que bon leur semble, manger ce qu'ils préfèrent et autant qu'ils le désirent. [...] La «Suppa Di Lenticchi» (soupe aux lentilles) et le «Spaghettinni Bagaria» sont les plats principaux. On en fait d'énormes quantités pour que chacun s'en régale sans restrictions. (Benoît 1949a)

Questa presentazione di una tradizione religiosa italiana è un pretesto per condurre i lettori alla scoperta dei sapori dell'Italia. Interesse che ritroviamo in un altro numero della rivista: «Notre charmante collaboratrice a rapporté d'un récent voyage en Italie, à l'intention de ses lectrices, d'authentiques et savoureuses recettes italiennes» (Benoît 1951a, 38). Un primo segno dell'autenticità della ricetta è dato, quindi, dal suo nome e, tra le ricette italiane di Jehane Benoît, quindici sono in italiano; tuttavia, raramente il nome della ricetta è scritto solo in italiano. Esso viene infatti scritto in francese e sotto, viene tradotto in italiano.

In un suo numero tematico del marzo 1951, l'autrice scrive tra parentesi il nome delle ricette in italiano. Così propone «Spaghetti aux choux-fleurs (Spaghetti con cavolfiore)», «Macaroni aux saucisses (Cavatoni rigati con salsiccia)», «Spaghetti persillé (Spaghetti Verde)», «Nouilles au fromage blanc (Lasagne con Ricotta)» e «Nouilles fines aux asperges (Tagliarini con sparagi)» (ivi, 38-40). Aggiunge inoltre dei qualificativi per specificare una regione italiana e per incuriosire, probabilmente, la comunità di italiani presente in Canada. Così avremo una «Sauce livournaise (salsa livornese)», «Sauce bolognaise (salsa bolognese)» ecc. (ivi, 40) Tali aggettivi ed ingredienti non rivelano, però, dei tratti tipici della regione di provenienza. Altri nomi di ricette fanno riferimento alla tradizione culinaria italiana, ma non sono facilmente localizzabili, come, per esempio gli «spaghetti éclair» (Benoît 1949b)<sup>45</sup>. Il

---

<sup>45</sup> Gli ingredienti della ricetta sono differenti da quella italiana «SPAGHETTI ECLAIR Mettre au hain-marie: — 1 boîte de soupe aux tomates non diluée — 1 oignon haché fin — ½ c. à thé de sel — 1 c. à thé de sucre — ½ c. à thé de basilic ou sarriette — ½ tasse de fromage doux râpé. Chauffer en brassant quelques



nome di questa ricetta attesta soprattutto la velocità di esecuzione nella preparazione. In pratica, la denominazione non è di per sé garanzia di autenticità e, quindi, bisogna esaminare gli ingredienti utilizzati per identificare geograficamente una ricetta ed attestarne l'autenticità.

In effetti, gli ingredienti sono un altro indicatore dell'autenticità di una ricetta. Nel numero di giugno del 1951, «Les aubergines à la sicilienne» (Benoît 1951b, 42)<sup>46</sup> hanno ingredienti tipici della cucina italiana cioè melanzane, cipolle, sedano, pomodori, olive nere o verdi, capperi e basilico. Anche il minestrone ed i maccheroni sono altri esempi che fanno parte di questa categoria autentica.

Nella categoria di ricette meno autentiche troviamo gli «spaghetti éclair» che hanno tra gli ingredienti la salsa Worcesterhire. Questa salsa piccante è un prodotto inglese che fa riferimento a delle influenze indiane. Tale ingrediente dovrebbe dare un gusto più piccante alla salsa e sostituire i peperoncini italiani, ma è chiaro che rende la ricetta meno autentica.

Altre ricette sono scartate dalla categoria italiana e non vengono prese in considerazione perché troppo americanizzate: i panini al salame sono composti dal salame e dal formaggio alla crema. La Benoît propone di fare dei sandwich con questi due ingredienti. Il salame è un ingrediente della cultura italiana, ma il piatto in sé non ha alcun riferimento con queste tradizioni.

L'insalata di prosciutto e maccheroni contiene rafano ed ingredienti tipici della cucina scandinava ed alsaziana e quindi non fa parte della categoria italiana.

Tra le ricette proposte tra il 1949 ed il 1958, si nota che l'ingrediente più utilizzato è il pomodoro, seguito dalla cipolla e dal formaggio grattugiato. L'autrice

fois jus qu'à ce que le fromage soit fondu. Ajouter: — 2 c. à thé de sauce Worces tershire — 1 c. à table de beurre. Cuire le spaghetti à l'eau bouillante salée. Egoutter. Mettre dans un plat et recouvrir avec la sauce».

<sup>46</sup> «AUBERGINES A LA SICILIENNE1 — Peler et couper 1 aubergine moyenne en petits dés. Les frire dans ½ tasse d'huile à salade.2 — Lorsque bien dorée, retirer du poêlon et ajouter à l'huile qui reste, 3 oignons tranchés, 4 branches de céleri coupées en bout de ½ pouce. Dorer légèrement. 3 — Ajouter ½ tasse de purée de tomates ou de sauce aux tomates et ½ tasse d'eau. Cuire lentement jusqu'à ce que le céleri soit tendre.4 — Ajouter 12 olives noires ou vertes coupées en petites tranches, 1 c. à table de noix hachées, ¼ tasse de câpres ou de cornichons au vinaigre hachés fins et les aubergines frites.5 — Chauffer ¼ tasse de vinaigre, ¼ tasse de sucre, lorsque le sucre est fondu verser sur les aubergines, ajouter ¾ c. à thé de sel, ½ c. à thé de poivre et ½ c. à thé de basilic.6 — Mijoter 20 minutes en brassant fréquemment. Bien refroidir avant de servir comme hors-d'œuvres accompagnés de petites toasts. Ce hors-d'œuvre se conserve très bien, lorsque gardé au réfrigérateur.»

suggerisce, inoltre, alla casalinga quebecchese una sostituzione degli ingredienti nel caso in cui non si reperiscano quelli tipicamente italiani. Per esempio, in certe ricette sostituire la salsa al pomodoro con il ketchup, il basilico con la santoreggia, il salame con la salsiccia affumicata. Se il lettore non ha il parmigiano, lei suggerisce di usare un formaggio forte.

Questo uso della sostituzione, consente alla persona che si appresta a realizzare la ricetta, di capire le proprie competenze nell'effettuare dei cambiamenti culinari. Viene proposta la sostituzione degli ingredienti per fornire un'esperienza originale e renderla accessibile alle casalinghe del Québec. Tuttavia, in certi momenti, la sostituzione può modificare una ricetta. Alcune ricette, ad esempio, «Les nouilles au fromage blanc (Lasagne con ricotta)» (Benoît 1951a, 39)<sup>47</sup>, rappresentano un buon esempio di modifica, perché contengono ricotta, crema di formaggio, panna acida, scatola di tagliatelle sottili o larghe, scalogno e formaggio grattugiato.

Nondimeno, un'attenta analisi ci permette di capire che l'autrice cerca di riprodurre con prodotti locali ciò che più si avvicina alla ricotta. Si tratta, in questo caso, di una ricetta meno autentica vista la ricerca di genuinità con ingredienti non originali. In pratica, alcune ricette attingono alle tradizioni italiane, ma sono realizzate con ingredienti locali. Queste sostituzioni favoriscono la preparazione della ricetta perché le lettrici possono trovare facilmente gli ingredienti nel loro ambiente.

Anche le capacità culinarie sono un indicatore di autenticità delle ricette italiane. In generale, le tecniche presentate nelle fasi di preparazione sono semplici e adattate alla casalinga degli anni '50. I passaggi sono semplici perché sono piuttosto brevi e offrono la possibilità di utilizzare i prodotti già pronti invece di partire da zero. Jehane Benoît adatta, quindi, le sue ricette alla realtà quebecchese delle

---

<sup>47</sup> La ricetta propone la seguente preparazione: «Mélanger en crème légère 1 tasse de fromage “cottage”, 2 paquets (3 onces chacun) de fromage à la crème et 1 tasse de crème sûre (celle qui s'achète du laitier, crème épaisse et lisse légèrement acidulée). Assaisonner avec ½ c. à thé de sel et ¼ de c. à thé de poivre. Ajouter cette crème à 1 boîte de nouilles fines ou larges, bouillies égouttées et brasser le tout avec une fourchette. Lorsque bien mélangé, ajouter ½ tasse d'échalotes hachées fin (le vert et le blanc) Servir ou verser dans un plat, recouvrir avec ½ tasse de fromage râpé et cuire 30 minute; dans un four à 350 degrés».

casalinghe. Suggestisce tecniche che prendono in considerazione strumenti moderni come la pentola a pressione. Le trasmette anche al pubblico a cui si rivolge, come in un esempio di ricetta e di consigli per una sposina, dove specifica gli acquisti e la preparazione generale.

Nella preparazione della ricetta «Spaghetti Italien vite fait» (Benoît 1952), alcuni ingredienti, come le olive, non fanno parte né della sezione *Achat* e neanche di quella *En main*. Un paragrafo completo spiega alla sposina come cuocere gli spaghetti. Questa tecnica non ci sembra alterata visto che specifica di non rompere gli spaghetti. Tuttavia, il tempo di cottura di 15-20 minuti sembra lungo e non corrisponde alla cottura al dente tipicamente italiana.

Un'altra tecnica che illustra un minor grado di autenticità rispetto alla ricetta italiana è la «Cassata siciliana», un dolce composto principalmente di ricotta. Quella di Jehane Benoît contiene invece del formaggio fiocchi di latte, prodotto tipicamente legato al suo territorio. Di contro, la tecnica di preparazione che consiste nel modellare questo dolce a forma di mezza palla refrigerata viene rispettata.

In un altro esempio, sulla preparazione della “Pizza italienne”, tratto dalla rubrica «On me demande», la presenza di vari ingredienti italiani, conferisce alla ricetta la sua originalità, mentre la tecnica di preparazione, la modifica ed altera la ricetta originale. Così

[...] Pour préparer le remplissage: Mélanger les tomates en boîte égouttées et hachées, la pâte de tomates, le fromage râpé, le sel d'ail, le poivre et l'orégano. [...] Rouler chaque boule de pâte en un cercle très mince qui puisse tapisser l'intérieur des assiettes à tarte. (Benoît 1958)

Questa tecnica, simile a quella dello sfornato, stravolge la ricetta della pizza. Le tecniche di preparazione, quindi, influiscono sull'autenticità di alcune ricette. Jehane Benoît dedica inoltre uno spazio all'apprendimento di certe tecniche o ingredienti nella sua cronaca «Petit dictionnaire de la cuisine».

Nella pubblicazione del mese di dicembre del 1949, definì il

Romarin - Une plante légère, haute, et très élégante dont les feuilles seulement sont employées pour la cuisine; elles ont l'apparence de petites aiguillettes de sapin d'un vert très

pâle Sa fleur est d'un si joli bleu que, en Italie, on a surnommé un champ de romarin en fleurs "Le manteau de la Vierge". De légende biblique cette herbe possède un arôme très spécial et plutôt soutenu; il faut donc l'utiliser en petite quantité. (Benoît 1949c)

Tale pianta, di origine mediterranea e diffusa nella comunità italiana dell'epoca, viene utilizzata dalla Benoît in varie ricette, tra cui "La sauce bolognaise", "L'agneau rôti ou bouilli", ecc. Suggerisce anche dettagli su tecniche culinarie. Ad esempio, distingue bollire lentamente dal portare l'acqua a ebollizione forte: questo suggerimento potrebbe essere utile alla casalinga per cucinare la pasta. Nel numero dedicato alla cucina italiana del marzo 1951, descrive la cottura della pasta in quattro passaggi, indicati con lettere minuscole tra parentesi tonde (Benoît 1951a, 38).

Il testo non fa riferimento alla cottura al dente, ma spiega che il tempo di cottura varia in particolare a seconda della marca di pasta<sup>48</sup> o dell'utilizzo che vuole farne la casalinga (mescolata con altri ingredienti oppure mangiata da sola in sostituzione delle patate). In un altro numero, spiega come spurgare una verdura, senza specificare il tipo di verdura, ma pensiamo che stia prendendo in considerazione le melanzane.

Nel trattare tali argomenti, l'autrice scrive e comunica sempre con uno scopo didattico. Vuole presentare una vasta gamma di ricette alle casalinghe e si adopera per raggiungere questo obiettivo, semplificandole. Incoraggia, quindi, le lettrici ad acquistare un vocabolario culinario adeguato ed offre ad ogni principiante l'opportunità di realizzare le ricette che gli vengono proposte.

### *Conclusione*

Sebbene la letteratura culinaria sia spesso associata ad un piano editoriale ben preciso, tuttavia, bisogna costatare che i libri di cucina sono unici e raccontano la costruzione di una specifica identità alimentare. Veri e propri racconti culturali, tali

---

<sup>48</sup> Per quanto riguarda la pasta, una delle fabbriche più antiche di Montréal è proprio la Catelli, fondata nel 1867 dai fratelli Carlo e Pietro Catelli. A tal proposito [https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist\\_banq/web/pdf.php/g9SnQpt-ssvsvUWobUbsN](https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist_banq/web/pdf.php/g9SnQpt-ssvsvUWobUbsN).

libri testimoniano una particolare identità culinaria che gli chef trasmettono ed al contempo contribuiscono a costruirla.

Così, alcuni specialisti del settore gastronomico sottolineano che l'alimentazione del Québec è intimamente legata alla storia. Essi fanno notare, per esempio, l'impatto dell'industrializzazione sull'alimentazione e l'influenza del clero, evocando una pubblicità della celebre fabbrica di pasta italiana Catelli per i fagioli in scatola verso la quale l'azienda «vante son produit tout à fait approprié pour le carême et le présente comme un mets typiquement canadien, comme ceux du «bon vieux temps» (Lamarche et Soulard<sup>2018, 15</sup>).

In questo articolo abbiamo cercato di conoscere la natura delle influenze culinarie internazionali proposte alle famiglie quebecchesi tra il 1950 ed il 1960. Per fare questo abbiamo preso in esame la figura di Jehane Benoît, autrice di un grande classico della cucina quebecchese, *L'Encyclopédie de la cuisine canadienne* e, successivamente, con un lavoro in via di realizzazione, ci siamo soffermati su *La Revue Moderne* diretta per circa un decennio dalla Benoît.

Lo studio de *La Revue Moderne* ci ha permesso di constatare l'importanza di Jehane Benoît come un importante vettore di trasmissione delle influenze culinarie straniere nel decennio che va dal 1950 al 1960. È, in qualche modo, la “Grande Dame” della rivoluzione culinaria canadese. Trasmette, fa conoscere e diffonde le tradizioni culinarie del mondo ai suoi lettori. Analizzando le sue cronache, si nota una preoccupazione didattica nei confronti del suo pubblico. La sua rubrica “Piccolo dizionario di cucina” ne è un esempio, perché formula definizioni per aiutare la casalinga a comprendere la cucina.

Negli scritti di Jehane Benoît, la lettrice è spinta a viaggiare e ad andare alla scoperta di nuove terre grazie alla cucina. L'autenticità e la preoccupazione di adattare i piatti alla realtà del Québec si incontrano e la loro influenza reciproca è percepibile in alcune delle sue ricette. Per esempio, dedica alcune pagine alla cucina giapponese, in particolare alla tecnica della cottura. Canadesizza alcune ricette giapponesi: propone, in tal modo, prodotti simili per certi ingredienti giapponesi («le saké par du sherry, le bouillon Dashi par du consommé de bœuf), substitutions qui

ont pour effet de rapprocher ces plats exotiques du peuple canadien» (Benoît 1963, 278)<sup>49</sup>.

Per creare meno ansia nelle lettrici, alcuni piatti vengono resi simili alla tradizione culinaria quebecchese, proponendo una sostituzione degli ingredienti. Nonostante questa preoccupazione, troviamo diversi ingredienti che rispecchiano la tradizione culinaria italiana (come aglio, basilico e timo nella salsa al pomodoro), sin dall'inizio del decennio. Nel corso del periodo, via via si aggiungono altri ingredienti tipici, in particolare l'origano e il parmigiano (ricordiamo le scaloppe di vitello al parmigiano) che furono suggeriti per la prima volta verso la metà degli '50.

Tali ingredienti italiani, prestati di alimenti venuti dalla Penisola, presenti ormai nelle ricette quebecchesi, testimoniano una presenza ben radicata e documentata degli immigrati italiani nella comunità culinaria di Montréal degli anni '60<sup>50</sup>. Tale presenza influenza certamente la cultura gastronomica dell'epoca; anche attualmente, la presenza italiana nel settore gastronomico canadese è molto presente. In breve, possiamo dire che la gastronomia canadese riflette la sua diversità ed il suo multiculturalismo.

Piatti tipici canadesi, come il pudding, le torte di noci pecan e lo sciroppo d'acero, sono diventati simboli della gastronomia canadese. In tal senso, alla luce di una accelerazione della globalizzazione e dell'immigrazione, questo articolo propone nuove prospettive di ricerca sull'evoluzione della gastronomia nel Canada e nel Québec in particolare, in un contesto in cui altre culture svolgono un ruolo importante nella realtà gastronomica canadese.

---

<sup>49</sup> Tra l'altro, tali sostituzioni rendono la cucina giapponese accessibile ai canadesi che possono procurarsi prodotti locali simili ad un prezzo minore anziché doverlo acquistare in un negozio di alimentari specializzato.

<sup>50</sup> La presenza degli immigrati italiani a Montréal è documentata da una vasta bibliografia tra cui citiamo: Ramirez 1984, Painchaud, Poulin 1988, Peressini 1990, Kayler 1991.

*Bibliografia*

- AA. VV. (1958), *La Cuisinière Five Roses*, 16<sup>e</sup> éd., Montréal & Winnipeg, Lake of The Woods Milling Company. Limited.
- AA. VV. (1989), *Qu'est-ce qu'on mange?*, Cercles de Fermières du Québec.
- Baillargeon, Stéphane (2011), *Jehane Benoît et elle – Sur les traces de la mère de la cuisine québécoise*, «Le Devoir», 26 marzo 2011, <http://www.ledevoir.com/culture/television/319591/television-a-la-une-jehane-benoit-et-elle>
- Benoît, Bernard (1988), *Jehane Benoît: Un essai biographique intime*, dans *Madame Jehane Benoît, 14 ans de cuisine micro-ondes*, Édition commémorative, Saint-Lambert, Éditions Héritage, p. 7-30.
- Ead. (1949a), *Soupe aux lentilles*, «La Revue moderne», Montréal, octobre 1949, vol. 31, n. 6, p. 37.
- Ead. (1949b), *Spaghetti éclair*, «La Revue moderne», Montréal, octobre 1949, vol. 31, n. 6, p. 34.
- Ead. (1949c), *Petit dictionnaire de la cuisine*, «La Revue moderne», Montréal, décembre 1949, vol. 31, n. 8, p. 41.
- Ead. (1951a), *Manières italiennes de servir les pâtes alimentaires et leur sauce*, «La Revue moderne», Montréal, mars 1951, vol. 32, n. 11, pp. 38-40.
- Ead. (1951b), *Menu de la semaine*, «La Revue moderne», Montréal, juin 1951, vol. 33, n. 2, pp. 40-43.
- Ead. (1952), *Spaghetti Italien vite fait*, Montréal, «La Revue Moderne», Montréal, juillet 1952, vol. 34, n. 3, p. 22.
- Ead. (1958), *On me demande...*, «La Revue moderne», Montréal, juin 1958, vol. 40, n. 2, p. 24.
- Ead. (1963), *L'Encyclopédie de la cuisine canadienne*, Montréal, Québec, Les Messageries du Saint-Laurent Ltée.
- Boily, Jean-François, Picard, Martin (2006), *Restaurant Au Pied de cochon: l'album*, s.é.
- Congrégation de Notre-Dame (1961), [1919], *La cuisine raisonnée*, Montréal, Fides.
- Kayler, Françoise (1991), *À table avec... Carlo Dell'Olio*, «La Presse», 27 mars 1991, p. C4.
- Lamarche, Benoît et Soulard, Jean (2018), *L'ADN de l'alimentation québécoise. Nutrition-Produits- Recettes*, Montréal, Les Éditions La Presse.
- Maingueneau, Dominique (2016), *Analyser les textes de communication*, Paris, Armand Colin.

- Martin, Alexis (2016), *Le pain et le vin: L'histoire révélée du Canada français 1608-1998* Tome III, Montréal, Dramaturges éditeurs, 76 p.
- Montanari, Massimo, Flandrin, Jean-Louis (1996), *Histoire de l'alimentation*, Paris, Fayard.
- Painchaud, Claude, Poulin, Richard (1988), *Les Italiens au Québec*, Editions Critiques.
- Peressini, Mauro (1990), *Migration, famille et communauté. Les Italiens du Frioul à Montréal*, Université de Montréal.
- Ramirez Bruno (1984), *Les premiers italiens de Montréal, l'origine de la Petite Italie du Québec*, Boréal Express.
- Robuchon, Joel (2000), *Larousse gastronomique*, Paris, Larousse.
- [S. n.] (1840), *La cuisinière canadienne...*, Montréal, C.O. Beauchemin et Valois éditeurs, <https://www.collectionscanada.gc.ca/cuisine/027006-119.03-f.php> PHPSESSID=fgk1ctgkui2llm9pvsfaj46cdt83s5cmrh0tticq462rfrfu60c0 (dernier accès le 18 octobre 2024).
- [S.n.] (1865), *Nouvelle Cuisinière Canadienne*, Montréal, C. O. Beauchemin et Valois éditeurs, Montréal. [https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist\\_banq/web/pdf.php/E3oyD7wJ9eV61-LDHToBQg.pdf](https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist_banq/web/pdf.php/E3oyD7wJ9eV61-LDHToBQg.pdf).

### Sitografia

- <http://www.ledevoir.com/culture/television/319591/television-la-une-jehane-benoit-et-elle> (ultimo accesso il 10.10.2024).
- [http://www.btb.termiumplus.gc.ca/tpv2alpha/alphafra.html?lang=eng&i=1&srcht=BOOK+CUISINE&index=alt&codom2nd\\_wet=1#resultres](http://www.btb.termiumplus.gc.ca/tpv2alpha/alphafra.html?lang=eng&i=1&srcht=BOOK+CUISINE&index=alt&codom2nd_wet=1#resultres) (ultimo accesso il 18.10.2024).
- <http://www.cnrtl.fr> (ultimo accesso il 18.10.2024).
- [https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist\\_banq/web/pdf.php/g9SnQpt-ssvsUWobUbsN](https://diffusion.banq.qc.ca/pdfjs-3.10.111-dist_banq/web/pdf.php/g9SnQpt-ssvsUWobUbsN) (ultimo accesso il 23.11.2024)
- <https://www.francoislambert.one/blogs/recettes/pate-chinois-classique?> (ultimo accesso il 18.11.2024)
- <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/les-eclaireurs/segments/entrevue> (ultimo accesso il 20.10.2024).
- <https://fr.wikipedia.org> (ultimo accesso il 21.10.2024).
- <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/2269662> (ultimo accesso il 25.10.2024).
- <http://www.larousse.fr> (ultimo accesso il 21.10.2024).



<https://archive.org/details/DictionnaireLarousseGastronomique> (ultimo accesso il 23.10.2024).

<https://www.restaurantwong.com/une-histoire-de-famille> (ultimo accesso il 20.11.2024).

<https://www.sfizioso.it/salsa-olandese-ricetta-e-storia/> (ultimo accesso il 21.11.2024)

<https://www.thecanadianencyclopedia.ca//fr/article/Benoît-jehane> (ultimo accesso il 23.10. 2024).

<https://www.usito.com/> (ultimo accesso il 23.10. 2024).

*Nota biografica*

Sergio Piraro insegna Lingua e traduzione francese presso il Dipartimento di Scienze Politiche e Giuridiche dell'Università di Messina, dove dirige il Centro Studi Canadesi dall'anno 2023. Ha partecipato a numerosi convegni nazionali ed internazionali ed è membro di vari comitati editoriali. I suoi interessi di studio vertono sul Canada francofono, sulla sinonimia bilingue franco-italiana, la lessicografia bilingue ed il trattamento automatico della lingua. Ha pubblicato diverse monografie e vari articoli.

sergio.piraro@unime.it

*Come citare questo articolo*

Piraro, Sergio (2024), *Contaminazioni e migrazioni gastronomiche nelle ricette di Jehane Benoît, "grande dame" della cucina canadese*, «Scritture Migranti», n. 18, pp. 163-188.

*Informativa sul Copyright*

La rivista segue una politica di "open access" per tutti i suoi contenuti. Presentando un articolo alla rivista l'autore accetta implicitamente la sua pubblicazione in base alla licenza Creative Commons Attribution Share-Alike 4.0 International License.

Questa licenza consente a chiunque il download, riutilizzo, ristampa, modifica, distribuzione e/o copia dei contributi. Le opere devono essere correttamente attribuite ai propri autori. Non sono necessarie ulteriori autorizzazioni da parte degli autori o della redazione della rivista, tuttavia si richiede gentilmente di informare la redazione di ogni riuso degli articoli. Gli autori che pubblicano in questa rivista mantengono i propri diritti d'autore.