



# ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA

FONDATA DA ORIO VERGANI NEL 1953  
ISTITUZIONE CULTURALE DELLA REPUBBLICA ITALIANA

## COMUNICATO STAMPA

### IL PRANZO DELLA DOMENICA? UN RITO INTRAMONTABILE PER 8 MILIONI DI FAMIGLIE

*A sorpresa una ricerca dell'Accademia Italiana della Cucina ce lo fa riscoprire come un appuntamento vivo e attuale, simbolo della tradizione gastronomica nazionale: tutte le domeniche, infatti il 52% delle famiglie italiane si siede a tavola per gustare un menu che è lo stesso di 50 anni fa: antipasto di salumi misti, pasta asciutta o ripiena, arrosto, patate e torta di mele. Almeno per un giorno trionfa il tipico e il territorio dicendo no ai piatti pronti e a quelli surgelati. Solo il 5% degli italiani preferisce il ristorante, mentre l'imperativo è: tutti a casa in famiglia.*

Nouvelle cuisine, happy hour, finger food, fast food e cucina molecolare. Vent'anni di sperimentazioni e mode alimentari non sono riusciti a intaccare il rito, tradizionalissimo, del pranzo della domenica. Che continua ad essere celebrato, ogni settimana, da 1 italiano su 2. Riproponendo oggi – si fatica quasi a crederlo – lo stesso menu che veniva portato in tavola negli anni Cinquanta e Sessanta: **antipasto di salumi misti, pasta asciutta o ripiena, arrosto, patate e torta di mele.**

A farci riscoprire ancora più tradizionalisti di quanto avremmo mai immaginato, **una ricerca realizzata dal Centro Studi dell'Accademia Italiana della Cucina:** uno studio sul campo che ha toccato tutte le regioni italiane coinvolgendo le 280 delegazioni dell'AIC e producendo ben 1.834 questionari, per sondare il rapporto che lega gli italiani al pranzo della domenica in famiglia.

Per la verità lo studio aveva l'obiettivo d'indagare questo grande classico della nostra tradizione gastronomica con il timore, forse, di scoprirlo un po' demodé. Insomma, accantonato da nuovi stili di vita e abitudini familiari. E invece la ricerca conferma, in maniera inequivocabile, che nulla di nuovo è accaduto, in quasi 50 anni, intorno alla tavola imbandita della domenica.

*“Sono ben felice – afferma **Giovanni Ballarini, Presidente dell'Accademia Italiana della Cucina** - che la ricerca confermi che il pranzo della domenica è un cerimoniale amato e diffuso in ogni angolo d'Italia. Che non solo resiste alle nuove tendenze alimentari ma rappresenta il più solido presidio della tradizione gastronomica italiana. In un'epoca caratterizzata dall'omologazione alimentare e dalla destrutturazione dei pasti il pranzo della domenica rap-*

*presenta il baluardo più autentico contro i fast food e il rito attraverso il quale recuperare l'antica tradizione del desco familiare.”*

#### **IL PRANZO DELLA DOMENICA: UN APPUNTAMENTO FISSO PER 1 ITALIANO SU 2**

Ma veniamo ai risultati della ricerca. **Il pranzo della domenica rappresenta un rito irrinunciabile per i nostri connazionali: 1 italiano su 2 (52%) dichiara di parteciparvi ogni settimana**, il 21% due volte il mese, **mentre solo il 6% dichiara di non effettuare mai il pranzo della domenica**. Al di là del significativo valore gastronomico **le famiglie si incontrano soprattutto per riaffermare il valore della famiglia e lo spirito di convivialità (62%)**, valori da difendere in un'era caratterizzata dai ritmi frenetici.

**È la casa (95%) con i suoi profumi e il suo calore la chiocciola del pranzo della domenica**: nonostante l'alta qualità della ristorazione italiana **solo il 5% degli italiani sceglie di mangiare al ristorante alla domenica**. Il pranzo della domenica viene organizzato soprattutto nella casa della famiglia d'origine mentre **solo il 4% degli italiani sceglie di farlo a casa di amici**.

Se il ruolo dello chef rimane in mano alla donna (80%) anche gli uomini iniziano ad avere un ruolo attivo nell'ideazione e nella preparazione del pasto: **2 uomini su 10 hanno preparato l'ultimo pranzo della domenica**. Un trend negativo invece quello che riguarda le nuove generazioni, annoiate da pentole e fornelli: **solo il 4,7% dei figli prepara il pranzo della domenica**.

Oggi - nonostante la riduzione dei nuclei familiari - **la tavola del pranzo della domenica raccoglie una media di 5 persone con punte di 6 persone nelle Isole**. Tuttavia ci sono ancora dei casi di “pranzi a 7” (1 italiano su 10) e di pranzi a 10 (7%). Il pasto dedicato al convivio familiare rimane il pranzo (90%), anche se i giovani (20%) preferiscono la cena come momento di socializzazione con la famiglia.

Nonostante poi la domenica sia un susseguirsi di programmi televisivi che accompagnano, anticipano o seguono l'ora del pranzo, **solo l'1,5% degli italiani segue i consigli delle trasmissioni televisive quando devono scegliere il menu e le ricette da portare in tavola**.

**Al contrario ben 9 italiani su 10 si affidano alle proprie esperienze personali**, tramandate spesso di generazione in generazione. Solo una piccola parte prende spunto dai libri di cucina (7%): più gli uomini (8%) che le donne (6%) ed in generale molto più i giovani (15%) rispetto alla popolazione anziana (4%).

#### **DOMENICA REGNO DELLA CUCINA TIPICA: 9 ITALIANI SU 10 PER UN GIORNO DICONO NO AI PIATTI PRONTI**

**L'82% degli italiani – almeno di domenica - ama gustare piatti strettamente locali**, soprattutto la fascia adulta e anziana. **Solo 1 italiano su 10 predilige cibi innovativi**, in particolare i giovani (25%). Ma tutto deve essere all'insegna del *made in Italy*: **appena l'1% degli italiani vorrebbe mangiare piatti internazionali**.

Il pranzo della domenica viene preparato in casa utilizzando quasi sempre ingredienti freschi: **il 65% degli italiani non fa uso di prodotti surgelati per prepararlo e l'85% ha abolito i piatti pronti dalle proprie abitudini alimentari**. A dimostrazione del fatto che - nonostante queste tipologie di alimenti siano in forte crescita nel contesto gastronomico odierno - **la do-**

**menica vuole rimanere un' oasi incontaminata dove l'estro, la fantasia e la tipicità culinaria vincono sulla praticità.**

I piatti più consumati nell'ultimo pranzo della domenica? **Tra gli antipasti trionfano gli affettati (29%):** prosciutto, salame, in abbinamento a formaggi ma spesso anche soli. A seguire **crostini (18%) e antipasti di mare (8%).** Tra i primi **vittoria al fotofinish di pastasciutta (18%) e dei tortellini (17%), poi lasagne (12%) e risotto (11%).** È il classico arrosto, invece, a **dominare tra i secondi (24%).** Tra i contorni più presenti nella tavola domenicale ci sono **le patate (30%),** seguite dall'insostituibile **insalata (27%).**

Ma un pranzo della domenica che si rispetti si conclude con un dolce. **Il preferito dagli italiani è la torta (16%) seguita da un dolce locale (15%), dalla crostata (12%), dalla piccola pasticceria (8%) e dal gelato (7%).**

#### **PRANZO DELLA DOMENICA: UN BALUARDO AL SUD, BEN RADICATO AL CENTRO, INNOVATIVO AL NORD**

È il Sud il presidio del pranzo della domenica. Un appuntamento che **per i cittadini del meridione rappresenta il momento della condivisione familiare (73%)** in misura maggiore rispetto a quelli del Centro (61%) e del Nord (56%). Ma non solo. **Al sud il pranzo della domenica rappresenta un appuntamento costante: 6 Italiani su 10 lo effettuano ogni settimana contro il 50% dei cittadini del Centro e il 45% di quelli del Nord.** La tavola del pranzo della domenica è composta nel meridione da **una media di 5,3 persone rispetto ai 4,8 del centro e ai 4,6 del Nord.** Una tendenza particolarmente presente in Sicilia ed in Sardegna dove ogni settimana si registrano casi di pranzi con sette persone (15%) o addirittura 10 persone (13%).

Se il Centro è un territorio piuttosto neutro **il Nord rappresenta l'area con il più elevato tasso d'innovazione** rispetto al rito del pranzo della domenica. Piemonte, Liguria e Lombardia risultano essere le regioni più propense alla sperimentazione in campo gastronomico: a differenza del resto d'Italia **il 21% dei cittadini di queste regioni ama preparare il pranzo della domenica avvalendosi di una la cucina creativa, svincolata dalla tradizione.**

**Ufficio stampa Accademia Italiana della Cucina**

**INC – Istituto Nazionale per la comunicazione**

Simone Ranaldi

06 44160883 3355208289

s.ranaldi@inc-comunicazione.it