



In Sardegna il progetto “Fatu in Domo” trasforma il “fatto in casa” in impresa

Il progetto di cucina domestica ideato dall'antropologa Veronica Matta dimostra come panadas, culurgiones, dolci tradizionali e antichi saperi possano diventare leva di sviluppo locale e contribuire a contrastare lo spopolamento

Mani che impastano, lavorano semola e farina, modellano e decorano, dando vita ad **amaretti, lorighittas, panadas, culurgiones** e ad altre specialità che affondano le radici nella storia della Sardegna e ne tramandano la memoria.

Preparazioni dolci e salate che conservano **gesti rituali e segni identitari**, tramandati da secoli e che ogni volta si rinnovano in una creazione unica, irripetibile. Sono “pezzi d'autrice”, frutto di esperienza e sensibilità che nessuna produzione industriale può imitare nella fragranza, nel profumo, nella consistenza.

Il “**fatto in casa**” non è un semplice atto culinario ma rappresenta un patrimonio da preservare. Un insieme di ricette, saperi e tecniche che raccontano la quotidianità attraverso i secoli. E proprio questo patrimonio, se ricontestualizzato, può generare economia locale, creare nuove prospettive e restituire dignità a un lavoro che per troppo tempo è stato dato per scontato, restando invisibile.



Forno di Oliena con le tipiche paneddas (Foto © Ufficio stampa).

Fatu in Domo: il progetto sardo di cucina domestica

Da questa riflessione, e dalla volontà di valorizzare un'identità gastronomica antica, è nato il progetto “**Fatu in Domo. L'impresa domestica agroalimentare in Sardegna**”, ideato dall'antropologa **Veronica Matta**, presidente dell'associazione *Sa Mata – L'albero delle idee*.

«Fatu in Domo è un progetto che intende valorizzare il sapiente e invisibile lavoro, principalmente delle donne, delle famiglie e delle comunità che producono valore tra le mura domestiche», spiega l'ideatrice.

La studiosa ha raccolto molte testimonianze, elaborando un **modello di microimpresa** che racconta anche nel libro *Fatu in Domo* il quale unisce nozioni tecniche a una parte narrativa dove vengono raccontate vita e ricette tramandate di generazione in generazione. Il volume si aggiunge ad altri quattro saggi già pubblicati e dedicati sempre all'alimentazione in Sardegna (*L'alimentazione popolare infantile nella Sardegna tradizionale*

, *Il dono del latte, Panada on the road, Il Ricettario*).

Dalle cucine di famiglia alle comunità

Le protagoniste del progetto “*Fatu in domo*” hanno assorbito, fin da bambine, quei gesti rituali e quei sapori mentre erano in piedi su una seggiolina per arrivare al tavolo di lavoro e aiutare mamme, zie e nonne a preparare gli infornati per feste e ricorrenze. Niente di improvvisato, quindi, ma abilità ed esperienze che oggi diventano punto di forza e cuore del progetto “*Fatu in domo*” per promuovere il secolare ricettario sardo. Ogni assaggio racconta il paese e la zona di provenienza dal Nord al Sud, dalle coste alle zone interne, collinari e montuose.

Dal progetto pilota *Sa Panada* alla microimpresa domestica

La proposta di sviluppo locale elaborata da **Veronica Matta** è partita con un progetto pilota legato a uno dei prodotti a lei più familiari e che richiama la sua infanzia: *Sa Panada di Assemini*, paese in provincia di Cagliari. Si tratta di uno scrigno di pasta fresca ripiena di anguille o carne di agnello, sigillato con un bordo a cordoncino.



Sa Panada di Assemini (Foto © Ufficio stampa).

«È un piatto simbolo che ogni famiglia prepara autonomamente, rendendo impensabile una produzione industriale», chiarisce l'antropologa che ha intravisto in queste preparazioni il

potenziale per un modello innovativo ed economico di cucina casalinga, reso possibile anche dal [Regolamento europeo 852/2004](#) che permette la produzione alimentare domestica seguendo una serie di prescrizioni di legge.

«Studiando questo piatto tipico – racconta – ho capito come le famiglie sarde producessero in casa cibi di alta qualità ma non commerciabili, perché il valore risiedeva nella preparazione domestica».

La partenza ufficiale di Fatu in Domo nelle *biddas*

La sperimentazione è partita nel 2020 dalle *biddas*, piccoli centri della **Barbagia** in cui la cultura agroalimentare è ancora profondamente radicata.

«Le *biddas* sono veri e propri custodi di saperi antichi dove resistono pratiche che altrove si sono perdute. È qui che l'antropologia si fa viva e agisce, trasformando la cultura in leva per l'economia», racconta Matta.

Qui il progetto ha preso forma e ha trasformato le cucine in laboratori per la produzione artigianale di pane carasau, formaggi, salumi, pasta e dolci tipici, riconoscendo valore economico a pratiche culturali radicate.



Bottoni sardi di pasta di mandorla (Foto © Ufficio stampa).

Contrastare lo spopolamento con la cultura del cibo

L'iniziativa ha trovato il **sostegno di numerosi Comuni della Sardegna** – Oliena, Orgosolo, Orani, Orotelli, Mamoiada, Fonni, Ollolai, Ardauli, Cuglieri, Scano di Montiferro, Badesi, Bancali, Ottana, Dorgali, Assemini, Decimo, Bonarcado – che hanno individuato nell'**impresa domestica alimentare** uno strumento per contrastare il costante calo della popolazione e per restituire dignità lavorativa a chi aveva perso il lavoro o a chi non l'ha mai avuto.

Non solo. Il progetto ha **cercato anche di riportare sull'isola giovani ed emigrati**, offrendo loro un'occasione concreta per rientrare e ricostruire legami con le comunità di origine. La rete si è poi estesa oltre il Tirreno, approdando in Sicilia grazie alla collaborazione con l'Unione dei Comuni "Area Interna di Troina".

«Le nostre parole d'ordine sono sinergie, rete e inclusione», sottolinea Matta, che nel 2024 ha presentato *Fatu in Domo* come modello replicabile anche in altri territori.

Le storie delle microimprese

Il libro raccoglie storie emblematiche di donne e famiglie che hanno trasformato la passione in impresa domestica. C'è **Denise Scano**, che a Oliena ha creato *Sa Panedda Pintà* recuperando il pane tradizionale con farine locali. Ci sono **Tonina Biscu e Vincenzo Palimodde**, che hanno dato vita all'home restaurant *Sa Horte de su Poeta*, dove il menù ispirato all'universo letterario di Grazia Deledda dialoga con i versi dei *cantadores* e il canto a tenore.



L'antropologa Veronica Matta incontra una imprenditrice (Foto © Ufficio stampa).

A San Sperate, nel sud dell'isola, **Rita Cardia** realizza i suoi celebri dolci-ricamo, veri gioielli di mandorle e zucchero che raccontano eleganza e memoria. E infine **Tiziana Collu**, ad Assemini, ha fondato la microimpresa *A Silvia piace dove produce* panadas mignon, dolci e pasta fresca.

Queste esperienze dimostrano che la tradizione, se riconosciuta e tutelata, può diventare motore di nuove economie e racconto di comunità.

Dal progetto al libro: un modello culturale ed economico

Con le sue **130 pagine**, il volume *Fatu in Domo* alterna schede tecniche – business plan, iter burocratico, norme sanitarie, etichettatura – a narrazioni dense di memoria e identità. È il resoconto di un'esperienza collettiva che ha fatto emergere il valore nascosto del "fare in casa", trasformandolo in una risorsa condivisa.



Veronica Matta e il suo libro (Foto © Ufficio stampa).

Quello che era un sapere femminile, spesso relegato alla sfera privata, diventa oggi una leva di partecipazione, sviluppo e contrasto allo spopolamento. “*Fatu in Domo*” dimostra che una **cucina nata tra le mura domestiche può diventare laboratorio di futuro**. Nelle *biddas* sarde, dove il rischio di spopolamento è concreto, il profumo del pane appena sfornato, il gesto antico di chiudere una *panada* o l’arte paziente di ricamare un dolce non sono soltanto tradizione, ma veri atti di resistenza culturale.

È da qui che la Sardegna lancia la sua sfida, trasformando il sapere invisibile delle case in un modello di sviluppo capace di parlare all’isola e, sempre più, al mondo.

Data di creazione

25/08/2025

Autore

enzo-radunanza