



CUPRINS

De ce mâncarea?	9
Curriculum Vitae	11
Un mâncău, nu un gurmand	15
De ce este tata gras	19
Nu sunt vreun slăbănog	23
Un american mândru	30
Regula Buffett	36
O cutiuță cu sos pentru friptură	39
Geografia alimentară a Americii	43
Tărâmul târâtoarelor marine	47
Tărâmul grătarelor	63
Tărâmul mâncării destinate duminicii de Super Bowl	74
Tărâmul mâncării mexicane	84
Tărâmul vinului	92
Tărâmul cafelei	95
Tărâmul anxietății cauzate de mâncare	99
Cel puțin nu mâncăm untură de animale marine	103
Nimănui nu-i plac cu adevărat fructele	109
Și mai puține persoane agreează legumele	113
Zilele salatei	121
Națiunea Whole Foods	130
Mai multă apă apoasă	138
Aș trece peste. Pește...	141
Mâncător de animale	148
Friptura: carnea pentru bărbați	155
Vita Kobe: carnea decadentă	166
Nu orașul din Italia	170
Baconul: „acadeaua” cărnii	174
Întâlnirea distractivă cu pastrama	185
Carnea sărată de vită: are Reuben ăsta ceva	190
Hotdogi și cârnați: verigile lipsă	194
Gyro: „ultima strigare” pentru carne	208

Cheeseburgerul: feblețea Americii	210
Cartofii prăjiți: cartofii mei frumoși	219
Maestrul microundelor	226
Muzeul mâncării	230
Hot Pockets: o binecuvântare și un blestem	236
A sosit!	248
Zi „brânză”!	252
Biscuiții sărați: junk food pentru adulți	264
Tratamentul regal	268
Tratamentul non-regal	276
Relațiile internaționale	281
Camaradul meu de cursă lungă	288
În căutarea domnului Burger-Bun	292
<i>Comida Rapida</i>	306
Am nevoie de un erou	308
Dansul puiului	315
Pizza: <i>That's Amore</i>	318
The People's Court	327
Ketchupul: regele sosurilor	329
Numai deserturi	337
Înghețata: mereu tânără	338
Lasă-i să mănânce tort!	342
Aeroporturile: casa mea departe de casă	352
Micul dejun: un motiv pentru a te ridica din pat	362
<i>Bagel-ul</i> : totul pentru mine	370
Gogoșile: ciclul vieții	374
Casa carbohidraților	382
Sărbătorirea mâncării	386
Cina în familie	398
Ultima cină	401
Ultima masă	406
Mulțumiri suplimentare	411
Despre autor	415



DE CE MÂNCAREA?

Așa cum mulți dintre voi știți, sunt un comediant care, cu ajutorul incomensurabil al soției, Jeannie, a scris o carte intitulată *Dad is Fat (Tata este gras)*, ce face cronica vieții mele de părinte a cinci copii mici, într-un apartament cu două camere din New York. Volumul s-a bucurat de un oarecare succes și a schimbat modul în care oamenii își cresc copiii! Bine, gata, cartea s-a bucurat de un oarecare succes.



Aici sunt eu și echipa mea de baschet.

În fine, am fost abordat în legătură cu posibilitatea de a scrie altă carte. M-am gândit îndelung și profund. Știam că dacă aș scrie o a doua carte, aș vrea să fie la fel de bună sau chiar mai bună decât *Dad is Fat (Tata este gras)*. (Știu, imposibil, nu?) Nu voiam să fiu cunoscut doar ca tipul foarte chipeș care a scris o carte grozavă. Așa încât, ca un bun autor, am petrecut ceva timp reflectând, în vreme ce am revăzut toate cele șase sezoane ale serialului *Lost: Naufragiații* pe Netflix*. Apoi m-am gândit la cine sunt și la ce știu. După aceea am avut o revelație. Pentru ce eram eu cunoscut în lumea comediei? Cu ce era asociată comedia mea? Evident, sunt cunoscut pentru și asociat cu... ați ghicit... faptul că sunt chipeș. Dar ce altceva mai spunea comedia mea despre mine? Hmm. Eram un comediant chipeș care vorbea despre mâncare. Asta, bineînțeles, a dus la o idee strălucită. Ce-ar fi dacă aș scrie o carte care să fie comestibilă? Am prezentat ideea editorilor mei, care erau atât de prinși în vechiul model de publicare încât s-au împotmolit în faptul că librăriile nu au frigidere, cum să ne descurcăm cu distribuirea digitală și o mulțime de alte chestii tocilărești legate de cărți. În fine! Acela a fost momentul în care m-am decis să fac următorul lucru logic. Am mâncat un sendviș cu jambon. Apoi m-am hotărât să scriu o carte despre mâncare.

* Companie americană care distribuie filme în mediul on-line. (n.tr.)



CURRICULUM VITAE

Ce calificări am pentru a scrie această carte? Niciuna, sincer. Așadar, de ce ar trebui s-o citești? Iată de ce: eu sunt nițel cam gras. Mă rog, după unii, s-ar putea să nu fiu considerat *așa* de gras, dar ideea e că nu sunt slab. Dacă un tip slab ar scrie despre dragostea pentru mâncare și mâncat, ți-aș recomanda insistent să nu-i citești cartea. Nu mă refer la cineva care e pur și simplu în formă. Mă refer la cineva slab. Slăbănog. N-aș avea încredere în slăbănogi să-mi dea sfaturi legate de mâncare. În primul rând, de unde știi că sunt într-adevăr pasionați de mâncare? Oricum e clar că nu sunt îndeajuns de pasionați încât să facă abuz. Asta nu înseamnă să fii foarte pasionat. Oricum ar sta lucrurile, eu sunt supraponderal.

Recunosc, încerc în mod conștient să nu urmez sfaturi legate de mâncare de la oameni slabi. Știu că poate nu e corect, dar atunci când vorbește Mario Batali*, mă gândesc întotdeauna: *Ăsta-i un om care știe despre ce vorbește*. Chiar are experiență la mâncat. E și motivul

* Maestru bucătar american de origine italiană, autor și personalitate media, cu o greutate apropiată de cea a autorului. (n.tr.)

pentru care unii comentatori sportivi *se întrebă* ce se întâmplă în mintea unui jucător în timpul unui moment tensionat al jocului, dar comentatorul sportiv care a fost cândva jucător *știe* ce se întâmplă în mintea unui jucător. Atunci când vorbesc despre mâncare, îmi place să cred că sunt asemenea unuia dintre acei comentatori sportivi care înainte au fost jucători profesioniști. Eu sunt un Ray Lewis sau un Terry Bradshaw al mâncatului. Sunt ca un Tony Siragusa* al mâncatului. Ei, asta e un pic redundant.

Atunci când o persoană slabă anunță: „Iată un local unde se prepară un taco grozav”, mă fac că plouă. Cum știe că e așa grozav? *Mirosindu-l?* Dacă a mâncat doar un taco, atunci acel taco n-ar fi putut fi atât de grozav. Sau poate că *a fost* grozav, dar persoanei slabe i-a părut mai mult de calorii decât de gust: „A trebuit să mă rezum la un singur taco. Țin regim.” Un taco ce nu te va forța să îți întrerupi dieta pur și simplu nu poate fi atât de grozav. Persoanele grase știi care sunt consecințele mâncatului, dar dacă mâncarea este îndeajuns de bună, efectiv nu le pasă. Persoanele supraponderale au ales mâncarea în detrimentul aspectului fizic. Atunci când cineva gras vorbește despre un loc grozav pentru a cumpăra un burger, sunt înclinat să cred. *Știe el ce știe.*

Și dacă tot vorbim de oameni slabi, o altă persoană al cărei sfat n-are niciun sens să îl urmărim este ospătarul. De ce restaurantele luxoase angajează întotdeauna persoane slabe și arătoase pentru a servi la mese? „Voi comanda hamburgerul, dar vreau să mi-l aducă cineva

* Cei trei sunt foști jucători de fotbal american, actualmente comentatori sportivi. (n.tr.)

cu aspect fizic de cel puțin de nota opt. Pot să văd niște fotografii de aproape?” De ce ne-ar păsa cum arată ospătarul? Chiar dacă ne-ar păsa, de ce am urma sfatul lui? Nu îl cunoaștem. E un străin. „Păi, lucrează acolo.” Îl face asta să aibă gusturi asemănătoare cu ale tale? Îl face sincer? Nu vreau să par paranoic, dar ospătarii primesc un bonus dacă te conving să comanzi ceva mai scump: „Recomand călduros friptura de vită Kobe de 500 de grame cu homar și sticla de Dom Perignon din 1996.”

Restaurantele au nevoie de fapt de experți gastro-nomi care să fie grași. Multe localuri bune au un somelier – un expert în vinuri – care să ajute în alegerea vinului, dar dacă unui restaurant îi pasă cu adevărat de mâncare, ar trebui să aibă un „Graselier”.

GRASELIERUL: Păi, aș lua cartofii prăjiți cu chili și brânză, cu brânza separat. Primești mai multă brânză așa.

EU: Mulțumesc, Graselierule.

Deși nu pot fi slabi, consultanții în mâncare nu pot fi *prea* grași. Dacă suferă de obezitate morbidă, atunci poți să tragi concluzia că probabil vor mânca de toate și orice și nu pot discerne gusturile. Asta nu înseamnă că nu vor avea idei valoroase. Tot așa avea încredere mai degrabă într-o persoană exagerat de grasă în locul uneia slabe. Cel mai bun consilier ar avea o conformație a corpului foarte specifică: durduliu sau doar ușor supraponderal. Asta clarifică faptul că are o relație cumva nesănătoasă cu mâncarea, dar nu o problemă clinică. Mănâncă și după ce se simte plin. Evident, îmi descriu propriul

tip de corp, însă de aceea sunt potrivit pentru a scrie această carte despre mâncare. Zău acuma, de ce alte garanții ai mai avea nevoie? Nu mai fi snob. Ia și citește cartea.

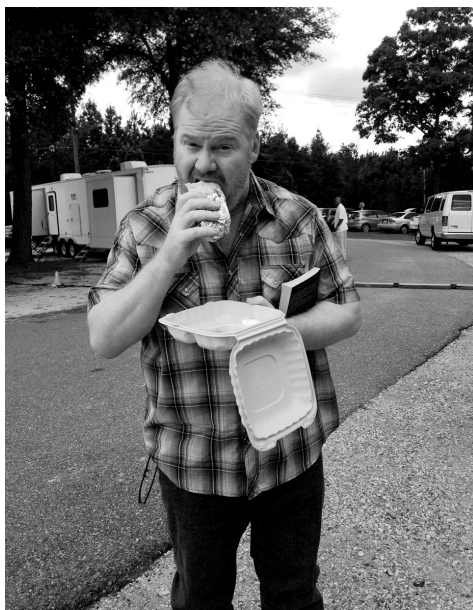


UN MÂNCĂU, NU UN GURMAND

Acum că te-am convins să citești această carte, ar trebui să clarific ceva. Am opinii ferme în legătură cu mâncarea, dar nu sunt expert gastronom sau „gurmand”. N-aș putea să numesc mai mult de trei maestri bucătari celebri și nu am postat niciodată pe Yelp*. Am cinci copii mici și noaptea sunt actor de stand-up, așa că rareori iau cina în oraș. Ceea ce am eu sunt niște cunoștințe generale și foarte personale despre mâncare. Știu ce mâncare îmi place. Știu ce mâncare urăsc. Știu cum mă face mâncarea să mă simt. Îmi dau seama că din cauza obsesiei mele pentru mâncare, faptul că scriu o carte despre asta ar putea în mod greșit să dea unor oameni impresia că mă consider „gurmand”, dar nu este așa. Mă consider un „mâncău”. Nu am nimic împotriva gurmanzilor. Le apreciez dragostea pentru mâncare și le invidiez cunoștințele și escapadele culinare, dar eu în general sunt satisfăcut de ceea ce am mâncat. Gurmanzii par să fie permanent în căutare de noi restaurante și feluri de mâncare interesante. Eu nu am o dorință insașiabilă de a descoperi ceea

* Website unde se publică evaluări, păreri despre companii sau afaceri locale. (n.tr.)

ce *face* ca un preparat să aibă gust bun sau de a găsi combinații exotice. Presupun că nu sunt chiar atât de plictisit. Asta nu înseamnă însă că nu apreciez maestrul bucătar de azi care încearcă să extindă orizonturile artei culinare. Doar că eu nu am nevoie de un taco japonez sau de un sos de coacăze peste friptura mea. Există suficiente mâncăruri *obișnuite* de care vreau să mă bucur în continuare. Îmi doresc să fi fost mai complicat de atât, dar nu e.



Eu, făcându-mi treaba.

Sunt, de asemenea, prea leneș pentru a fi gurmând. Gurmanzii vor călători kilometri întregi în căutarea hamburgerului perfect. „E un loc în Greenpoint, la numai o oră de mers cu trenul și la 40 de minute de mers pe jos de la metrou și are cel mai bun burger din oraș!”

Nu poate fi mai bun decât burgerul pe care îl pot lua de peste drum. De cele mai multe ori, eu nu vreau decât cel mai *apropiat* și mai bun burger din oraș.

Motivul pentru care cunosc în toată țara atât de multe locuri grozave pentru a mânca nu se datorează faptului că am călătorit în acele orașe și orășele pentru a găsi acele restaurante, ci pentru că am fost în acele orașe și orășele ca să susțin spectacole de stand-up. Tot ce trebuie să fac este să întreb pe cineva care mă urmărește pe Twitter și care iubește mâncarea unde să iau masa în respectivul oraș, și pac! La scurt timp după aceea, în fața mea stau îngrămădite cele mai bune mâncăruri din oraș. Da, sunt leneș, dar plin de resurse.

Călătoresc foarte mult și îmi place să mănânc. În afara de a-i întreba pe cei care mă urmăresc pe Twitter sau de a aborda persoane necunoscute în orașele pe care le vizitez, pentru a afla unde ar trebui să mănânc, nu fac niciun fel de cercetare. Majoritatea orașelor au cel puțin un restaurant pe care localnicii îl recomandă cu mândrie. „Cât ești aici, trebuie să mănânci neapărat în localul ăsta.” Din păcate, nu așa se întâmplă peste tot. Eram odată în Rapid City, Dakota de Sud, și am întrebat un taximetrist despre un restaurant local care să fie specific pentru Rapid City. Mi-a răspuns foarte direct: „Nu e nimic. Ar trebui să te duci la Outback Steakhouse.” Nimic? Nu l-am crezut, așa că am insistat. „Dar unde te duceai înainte să se deschidă aici lanțurile de restaurante, precum Outback Steakhouse?” „Nicăieri”, a răspuns el. E posibil, oare, ca lumea bună din Rapid City să nu fi mâncat în oraș înaintea apariției lanțurilor de restaurante? Bineînțeles că nu. Mă rog, sper că nu. Nu știu. N-am cercetat. Am întrebat alți doi oameni din Rapid City și nimeni

nu a știut ce să-mi spună. De aceea, în această carte nu există nicio referire la vreo specialitate culinară locală din Rapid City. Ceea ce nu constituie o critică la adresa Rapid City, ci este un comentariu asupra metodei mele de cercetare sau asupra lipsei unei metode de cercetare. Dacă localul tău preferat nu este menționat în această superbă carte, asta se întâmplă pentru că nu am fost în orașul tău sau necunoscutul pe care l-am întrebat nu a pomenit de el sau nimeni nu l-a menționat pe Twitter. Este, de asemenea, posibil să fiu prea prostănac sau lenș ca să-mi amintesc localul. La urma urmei, sunt un mâncău, nu un gurmand.