

Paremie ed espressioni popolari legate al cibo nelle tradizioni catalane e algheresi: un’analisi comparativa*

Marco Caria e Marta Galiñanes Gallén (Sassari)

Abstract

Phraseological units that draw on alimentary imagery in Catalan and Algherese traditions – the latter being an archaic Catalan variety spoken in Sardinia – represent a linguistic and cultural heritage of significant value, as they not only reflect everyday practices but also convey symbolic meanings that shape the collective worldview and sustain community identity. In this sense, the prominence of food in these expressions accentuates its role as a fundamental element of daily life, capable of framing moral judgements, transmitting shared knowledge, and expressing societal attitudes.

For these reasons, focusing on some paremiological corpora of Catalan and Algherese, the aim of our analysis is to foreground both convergences and divergences between the Iberian variety and an insular community shaped by long-standing linguistic contact with Sardinian and Italian. The study reveals the frequent recurrence of staple products of the Mediterranean diet – wheat, wine, oil, legumes, vegetables, and fish – which, beyond their nutritional function, acquire a socio-cultural dimension. Through these references, values such as diligence, prudence, and generosity are praised, while their opposites – laziness, excess, and lack of discernment – are criticised. These items thus become conceptual categories through which people interpret and organise their experience, attributing to popular language a normative role.

From this perspective, the comparison between standard Catalan and the Algherese variety highlights their shared tradition while also emphasising the distinctive traits of Algherese, evident at lexical and semantic levels. Moreover, these characteristics show that paremiology is best understood as a dynamic field, responsive to social change and linguistic interaction. Accordingly, proverbs and sayings about food, its preparation, and its intrinsic qualities provide a valuable framework for examining the interplay between linguistic practices and societal dynamics, and offer insights into the processes of continuity and transformation that characterise minority languages today.

* Per Marco Caria, il presente contributo rientra nell’ambito del progetto di ricerca dipartimentale “Plurilinguismo, patrimonio culturale e sviluppo sostenibile” finanziato dalla Fondazione di Sardegna, annualità 2022–2023, responsabile Prof. Lorenzo Devilla, Dipartimento di Scienze Umanistiche e Sociali dell’Università di Sassari.

1 Introduzione¹

Come è noto, ogni lingua si avvale di espressioni che riflettono i tratti distintivi della cultura della comunità che la parla e che sono modellate da una rappresentazione concreta e condivisa della realtà. La lingua, dunque, non è soltanto un mezzo di comunicazione, ma un sistema di categorizzazione dell'esperienza, in cui strutture sintattiche, lessicali e fraseologiche esprimono il modo in cui una società interpreta e organizza il proprio mondo. In tale prospettiva, uno degli indici più significativi della vitalità di un sistema linguistico risiede nella sua capacità di produrre creatività idiomatica (cf. Piñol Segura 2016), e l'analisi dei meccanismi attraverso cui una lingua concettualizza ed esprime contenuti specifici evidenzia una correlazione profonda tra le formulazioni idiomatiche e l'universo esperienziale quotidiano dei parlanti.

Un esempio emblematico di tale connessione tra lingua e cultura è rappresentato dalle paremie, che condensano visioni del mondo, norme comportamentali e saperi condivisi e testimoniano come la lingua funga da strumento di trasmissione di modelli sociali e sistemi di valori. Come osserva Luque Nadal (2012: 188), le paremie costituiscono infatti “una red de comparaciones, equiparaciones, valoraciones, [...] que conjuntamente ofrecen una visión del mundo y un modelo ideal de programas de acción”, configurandosi dunque come “una guía de conducta social”. I detti popolari assumono inoltre una duplice funzione particolarmente utile anche in ambito glottodidattico: da un lato veicolano il patrimonio lessicale storico di un idioma; dall'altro, grazie al loro contenuto metaforico, offrono preziose indicazioni su idee, costumi e comportamenti propri di una determinata società e risultano quindi essenziali per gli apprendenti (cf. Bassa i Martín 1995).

Si evince pertanto che non è semplice delimitare il concetto di paremia, poiché esso può comprendere qualsiasi espressione linguisticamente cristallizzata e tramandata nel tempo, dal proverbio alla locuzione o alla frase idiomatica. Per Sevilla Muñoz/Crida Álvarez (2013: 106), ad esempio, la paremia è “una unidad fraseológica (UF) constituida por un enunciado breve y que forma parte del acervo socio-cultural de una comunidad hablante” e comprende proverbi, detti, massime, frasi, locuzioni e frasi proverbiali, adagi, ecc. Per quanto ci riguarda, in questa sede eviteremo di ripercorrere nel dettaglio le varie classificazioni proposte dalla letteratura specialistica e considereremo come paremia un'espressione linguistica che secondo Forgas i Berdet (2012: 176) “no es creada por los hablantes en el momento mismo del habla (el proceso de actualización lingüística) sino que quien habla la recoge de lo que podríamos denominar [...] la ‘despensa’ de la memoria lingüística”.

Riprendendo il termine *despensa*, riteniamo opportuno sottolineare che uno degli aspetti culturali più rappresentativi di una comunità è l'alimentazione, soprattutto quando l'atto del mangiare viene percepito come pratica sociale a tutti gli effetti. A tale proposito ricordiamo come da un punto di vista storico per Torres Martínez (2017: 78) “la alimentación, con sus categorías y conceptos fundamentales, parece ocupar el centro de un área temática mucho más extensa en la que se sitúan sectores como la culinaria, en cuanto arte de elaboración de los alimentos, los utensilios de cocina, la vajilla y los cubiertos, las distintas comidas del día, los oficios y cargos

¹ Marco Caria è responsabile dei paragrafi 2, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4 e 2.5. Marta Galiñanes Gallén è responsabile dei paragrafi 1 e 3.

de cocina y de mesa [...]”. Da parte loro, García-Page/Ímaz (2012: 133) ritengono inoltre che tutte le lingue naturali “disponen de un vocabulario más o menos amplio de palabras y frases referidas al ámbito de comer y el beber, a la comida y a la bebida: los productos alimenticios, naturales o manufacturados; sus propiedades y virtudes; los beneficios y daños de su ingesta [...]”.

Alla luce di quanto esposto, con il presente studio intendiamo analizzare e confrontare le paremie di ambito gastronomico attestate nel catalano generale e nell'algherese, che Toso (2006: 150) definisce “un dialetto del sottogruppo orientale di questa lingua, caratterizzato da alcuni tratti arcaici di fonetica e lessico”. Tuttavia, mentre per il catalano generale abbiamo potuto attingere a fonti strutturate e metodologicamente affidabili, le poche raccolte disponibili per l'algherese sono caratterizzate invece da una marcata disomogeneità e dall'assenza di una classificazione tipologica sia dal punto di vista delle strutture sintattiche sia da quello della dimensione semantica. A ciò si aggiunge inoltre la mancanza di indicazioni relative alla distribuzione diastratica e alla frequenza d'uso delle paremie registrate, nonché di riferimenti a una loro possibile origine come conseguenza del secolare processo di contatto con il sardo e l'italiano.

La scelta delle paremie si è basata esclusivamente sulla presenza di lemmi che avessero un diretto riferimento agli alimenti o ad animali comunemente utilizzati come fonte di cibo, mentre per ovvie ragioni di spazio abbiamo deciso di escludere tutte le altre categorie lessicali legate al mondo della gastronomia, comunque presenti in notevole quantità e che potrebbero essere oggetto di un prossimo lavoro. Le unità fraseologiche selezionate sono state quindi raggruppate dal punto di vista semantico, cercando in prima istanza di verificare se il catalano iberico condivida con l'algherese le stesse paremie, usando gli stessi riferimenti gastronomici; successivamente, ci siamo concentrati sull'analisi della loro struttura formale, mettendo in luce fino a che punto le paremie catalane e algheresi si corrispondano come equivalenze perfette o meno. Dobbiamo comunque precisare ancora una volta che ai fini classificatori abbiamo privilegiato i criteri semantici rispetto a quelli morfosintattici, poiché la lingua e la cultura algheresi non sono esenti da fisiologiche commistioni con elementi sardi e italiani. Secondo diversi storici, Alghero fu fondata nel 1102 dai Doria e diventò oggetto di conquista da parte del sovrano aragonese Pietro IV il Cerimonioso nella seconda metà del XIV secolo. In seguito alle rivolte della popolazione autoctona fomentate dai Doria, il monarca iberico reagì decretando l'espulsione totale dei sardi e dei liguri dalla cittadina e ne ordinò il ripopolamento con *pobladors* ‘coloni’ provenienti dai territori della Corona. L'uso esclusivo del catalano diventò il requisito fondamentale per poter risiedere all'interno delle mura cittadine, acquisire il diritto di cittadinanza e poter svolgere attività commerciali, mentre a livello popolare le diverse parlate importate dai coloni si fusero gradualmente in una nuova varietà dialettale, cioè l'algherese (cf. Caria 2014). Il prestigio sociale del catalano ad Alghero rimase saldo anche dopo il passaggio alla Corona di Castiglia, che impose lo spagnolo in tutta l'isola, e sotto la dominazione sabauda, la quale inizialmente rispettò le lingue locali, pur avviando politiche di italianizzazione (cf. Loddo Canepa 1934) che tuttavia non conseguirono i risultati attesi e sfociarono infine nell'imposizione dell'italiano. Nonostante ciò, il catalano continuò a rappresentare la lingua d'uso principale per la popolazione algherese almeno fino alla seconda metà del Novecento, quando l'apertura al turismo, la scolarizzazione impartita esclusivamente in italiano e la diffusione dei mezzi di comunicazione di massa avviarono il processo di sostituzione linguistica, che secondo le più

recenti indagini sociolinguistiche procede oggi in modo apparentemente inarrestabile anche a causa dell'interruzione della trasmissione linguistica intergenerazionale (cf. Chessa 2011; Bal-lone 2017).

2 La nostra “dispensa” paremiologica

Come è noto, le espressioni paremiologiche tendono a semplificare i concetti espressi, riducen-doli spesso a schematizzazioni i cui significati si collocano agli estremi di una scala che non contempla posizioni intermedie sul piano interpretativo o pragmatico. È stata proprio questa peculiarità a orientarci verso la selezione di espressioni che evidenziano tratti positivi o negativi riferiti a valori etici o caratteriali e la cui produttività linguistica ha favorito anche la nascita di modi di dire recenti capaci di descrivere fenomeni politici contemporanei, come *ser de la ceba* ‘essere della cipolla’ (cf. Abril Español 1996: 76), utilizzato per parlare degli indipendentisti catalani. Di seguito presenteremo pertanto i macro-blocchi in cui abbiamo raggruppato le pare-mie da noi individuate, denominandoli in base al concetto semantico veicolato dalle singole espressioni.

2.1 *El seny* o il buon senso

Numerose locuzioni registrate nelle opere consultate mostrano caratteristiche ascrivibili a ciò che in catalano è definito *el seny*, ossia il senso comune, che in questa sede abbiamo scelto di tradurre come buon senso. Tale categoria mentale e comportamentale viene associata a qualità come la saggezza, la fiducia in sé stessi e l’esperienza maturata nel tempo. In questa prospettiva, il buon senso si esprime nella capacità di affrontare situazioni avverse o rischiose ricorrendo all’intelligenza e all’astuzia, trasformando così difficoltà e svantaggi in opportunità. Questa concezione del *seny* trova riscontro anche nella tradizione proverbiale latina, esemplificata da massime come *Mater artium necessitas*, che sottolinea l’importanza dell’ingegno quale risorsa fondamentale per superare le necessità della vita (cf. Publilio Siro 1988).

Nel caso del *seny*, è interessante osservare come il catalano e l’algherese, pur appartenendo allo stesso continuum linguistico, impieghino referenti simbolici differenti. Un’espressione catalana che ha destato la nostra attenzione è *eixerit com un pèsol* ‘vivace come un pisello’ (cf. Espinal 2006: 533), che mette in risalto la perspicacia e la vivacità di chi sa affrontare con intelligenza le circostanze avverse. A nostro avviso, tale paremia potrebbe derivare dalla percezione positiva associata ai piselli, un ortaggio primaverile noto non solo per il colore verde brillante ma anche per le sue qualità organolettiche e nutritive, che contribuiscono al benessere fisico, come evi-denziato dalla ricerca scientifica (cf. Dahl/Foster/Tyler 2012).² In algherese abbiamo ritrovato invece l’espressione *aluto com un pebre* ‘vispo come un peperone’ (cf. Pinna 2021: 24), che sostituisce i piselli con i peperoni probabilmente per i colori intensi che connotano questi or-taggi. In catalano il concetto del buon senso può essere inoltre espresso con *ésser un peix que es porta l’oli* ‘essere un pesce che si porta l’olio’ (cf. Perramon i Barnadas 1979: 117; Millà i

² Esiste anche la variante *eixerit com un ginjol* ‘vivace come una giuggiola’ (cf. Espinal 2006: 533) in cui ai piselli si sostituiscono le giuggiole, frutti particolarmente ricchi di zuccheri, vitamine e sali minerali, al punto da poter essere considerati quasi degli integratori naturali, cui si aggiunge, non meno rilevante, la loro intrinseca gradevo-lezza al palato.

Reig 1988: 217; Espinal 2006: 533), dove il pesce che porta con sé l'olio necessario alla propria frittura diventa metafora di una persona dotata dell'astuzia indispensabile per avere successo.

Anche in algherese la prudenza e la lungimiranza sono tratti frequentemente valorizzati, come dimostrano le espressioni *un ull en terra i l'altro a la taula del formatge* 'un occhio a terra e l'altro alla tavola del formaggio' (cf. Pinna 2021: 37), con la quale si rappresenta la capacità di osservare con attenzione ciò che accade intorno a sé, mantenendo al contempo un atteggiamento concreto e realistico e *pinnetes netes formatge bo, pinnetes brutes formatge florit i podrit* 'capanne pulite, formaggio buono, capanne sporche, formaggio ammuffito e guasto' (cf. *ivi*: 18) in cui la cura, la pulizia e la diligenza emergono come condizioni imprescindibili per ottenere esiti favorevoli, alludendo implicitamente a comportamenti responsabili e previdenti.

Nondimeno, l'esperienza unita al buon senso diventa spesso garanzia di sicurezza e credibilità tanto nelle proprie azioni quanto in quello che si dice. In catalano, tale atteggiamento trova una formulazione efficace in *jugar-s'hi un peix* 'giocarsi un pesce' (cf. Pomares Navarra 1997: 252), locuzione con la quale il parlante manifesta una certezza così profonda da essere disposto a rischiare persino la propria reputazione. L'assenza di esitazione nei propri comportamenti è resa da *anar al gra* 'andare al grano' (cf. Balbastre i Ferrer 1977: 36; Abril Español 1996: 12; Espinal 2006: 337), che in senso figurato equivale all'espressione idiomatica italiana *andare al sodo*, e da *les coses clares i la xocolata espessa* 'le cose chiare e la cioccolata spessa' (cf. Farnés i Badó 1992: 283; Parés i Puntas 1999: 321), in cui l'accento ricade sulla trasparenza e sulla volontà di evitare qualsiasi ambiguità. Tuttavia in alcuni casi la stessa determinazione può sfociare in pervicacia o in vere e proprie ossessioni, come illustra ad esempio il modo di dire *ficarse-li/tenir una ceba al cap* 'infilarsi/avere una cipolla in testa' (cf. Espinal 2006: 1011).

2.2 Il sacrificio, lo sforzo e l'impegno

Probabilmente a causa di condizionamenti di natura morale, molte paremie insistono sull'importanza di un impegno costante qualora si vogliano raggiungere gli obiettivi prefissati. Non sorprende quindi che in numerose unità fraseologiche compaiano elementi ricorrenti che richiamano sforzi e ricompense, come ad esempio il frumento, il cui significato simbolico è tradizionalmente associato al benessere e all'abbondanza (cf. Bartmiński/Kaczan 2018) senza tuttavia dimenticare le difficoltà che comportano la sua coltivazione e lavorazione. In catalano sono emblematiche in tal senso espressioni come *qui matina fa farina* 'chi si alza di buon mattino produce farina' (cf. Gimeno 1989: 160; Espunyes 2007: 145), usata come corrispondente dell'italiano *chi dorme non piglia pesci*, *arribar al molí i fer farina* 'arrivare al mulino e fare farina' (cf. Forgas i Berdet 1992: 88; Espinal 2006: 488), con il significato di dedicarsi concretamente a un'azione senza procrastinare o aspettare inutili aiuti esterni. A queste si aggiungono *no diguis blat fins que sigui al sac i ben lligat* (cf. Forgas i Berdet 1992: 47) o *no diguis blat que no sigui al sac i ben lligat* (cf. Biosca/Cornadó 2003: 107; Castellanos i Llorenç/Mayor i Lloret 2024: 74), entrambe con il significato di 'non dire grano fino a che non sia nel sacco e ben legato' e utilizzate per consigliare di non smettere di impegnarsi finché non si è ottenuto ciò che si vuole; in algherese un'unità fraseologica equivalente dal punto di vista semantico può essere *lo forment vol xapetat* 'il frumento deve essere zappato' (cf. Pinna 2021: 14). Vale tuttavia la pena sottolineare come il grano o la farina non siano gli unici protagonisti delle paremie che riguardano il concetto di sforzo e impegno, poiché in culture profondamente legate al

mondo agropastorale ma anche alle attività marinarie come quella catalana e quella algherese non di rado compaiono riferimenti anche alla carne, alle uova o ai pesci, come ad esempio il modo di dire catalano *qui vulgui peix que es mulli el cul* ‘chi vuole il pesce, che si bagni il sedere’ (cf. Amades i Gelats 1951: 1022; Ferret 1968: 145; Biosca/Cornadó 2003: 114) e quello algherese *per fer una bona sopa de peix hi vol la mà i lo condiment* ‘per fare una buona zuppa di pesce ci vuole la mano e il condimento’ (cf. Soggiu et al. 2009) in cui è esplicitata la necessità di sacrificarsi per avere qualcosa in cambio, o ancora il proverbio catalano *sense trencar ous no es fan truites* ‘senza rompere le uova non si fanno le frittate’ (cf. Grieria i Gaja 1970: 63; Farnés i Badó 1992: 654; Pujol i Campeny 2008: 56) e il suo corrispondente algherese *ont no hi ha sang, no se fan botifarras* ‘dove non c’è sangue, non si fanno i sanguinacci’ (cf. Soggiu et al. 2009), che abbiamo riscontrato anche nel catalano generale. Gli sforzi richiesti in proporzione alle difficoltà da affrontare trovano altresì riscontro in diverse unità fraseologiche catalane quali *suar la cansalada* ‘sudare la pancetta’ (cf. Espinal 2006: 280; Beltran Genescà 2018: 28), *a carn dura, dent aguda* ‘a carne dura, dente aguzzo’ (cf. Conca 1993: 63; Biosca, Cornadó 2003: 19) o in quella algherese *domar un ju de bous no és com plantar carabasseta* ‘domare una coppia di buoi non è come piantare zucchine’ (cf. Pinna 2021: 11).

Va inoltre osservato che in diverse paremie ricorrono frequentemente simboli che evidenziano l’importanza dell’impegno necessario per raggiungere – o perdere – una stabilità economica. Ad esempio, in *guanyar-se les mongetes* ‘guadagnarsi i fagiolini’ (cf. Perramon i Barnadas 1979: 68) – espressione che nel catalano di Alghero potrebbe risultare ambigua poiché il termine *mongetes* indica una specie di lumaca – e in *guanyar-se el pa*, equivalente all’espressione idiomatica italiana *guadagnarsi il pane* o in *guanyar-se les garrofes* ‘guadagnarsi le carrube’ (cf. Espinal 2006: 926) referenti come i legumi, il pane o frutti di modesto valore economico e di facile reperibilità trasmettono l’idea del lavoro come condizione imprescindibile per garantire la sopravvivenza quotidiana.

Parallelamente, altre locuzioni proverbiali catalane sottolineano l’importanza di preservare con oculatezza quanto risparmiato, come in *guardar una poma per a la set* ‘conservare una mela per la sete’ (cf. Parés i Puntas 1999: 544; Pujol i Vila 1999: 23), oppure, al contrario, descrivono la perdita di soldi e agi, come in *acabar els anissos* ‘finire gli anicini’ (cf. Balbastre i Ferrer 1977: 24; Espinal 2006: 193), che allude all’esaurimento di un dolce aromatizzato all’anice considerato in passato un alimento di lusso. A quest’ultima si affianca l’espressione algherese *acabada la fava, acabada la llet* ‘finite le fave, finito il latte’, trascritta da Pinna (2021: 10) come *finida la fava, finida la llet* e usata per indicare l’inizio di un periodo di ristrettezze. D’altro canto, l’impegno personale può tradursi in benessere materiale, come suggerisce *tenir molts pinyons* ‘avere molti pinoli’ (cf. Perramon i Barnadas 1979: 135; Rodríguez-Vida 1997: 27), probabilmente con riferimento al valore commerciale di questi semi. La ricchezza, pur offrendo vantaggi, comporta tuttavia rischi se gestita con leggerezza o disonestà, come ammonisce il proverbio *qui oli maneja, los dits se’n unta* ‘chi maneggia l’olio, si unge le dita’ (cf. Biosca/Cornadó 2003: 76). Inoltre, la prosperità può favorire atteggiamenti viziosi, spesso stigmatizzati con ironia, come nel modo di dire algherese *aixecat a bescuits d’ous* ‘allevato a biscotti all’uovo’ (cf. Pinna 2021: 24), dove il riferimento è al consumo di un dolce un tempo considerato uno sfarzo destinato a poche famiglie. Allo stesso modo, non di rado il raggiungimento della prosperità economica favorisce la nascita di semplici rapporti di convenienza, come

mostrano le espressioni algheresi *a la figa d'Índia se hi acosten sol quan porta fruita* ‘ai fichi d'India ci si avvicina solo quando hanno i frutti’ (cf. *ivi*: 7) e *quan arrustis lo cabrit, acurrin los cutxos esterjalis* ‘quando arrostitisci il capretto si avvicinano i cani leccapiatti’ (cf. *ivi*: 19).

Sul versante opposto, molte paremie evocano anche circostanze in cui può emergere l'ingenuità delle persone o la loro totale inesperienza.

In merito all'ingenuità, in catalano abbiamo riscontrato l'espressione *tenir/tindre la llet als morros* ‘avere il latte sulle labbra’ (cf. Grieria i Gaja 1969: 171; Martí Mestre 2017: 1830), in cui l'immagine utilizzata è quella di un bambino che viene ancora allattato al seno materno, mentre in algherese è particolarmente significativa la locuzione *qui pren l'anguila per la cua no agafa arrés* ‘chi prende l'anguilla per la coda non prende nulla’ (cf. Soggiu et al. 2009) – attestata con varianti anche in altre parlate del diasistema linguistico catalano³ – che attraverso la metafora di un'anguilla che viene presa per la coda sottolinea come la mancanza di esperienza possa ostacolare il raggiungimento dei risultati attesi. Un valore analogo si riscontra anche nel catalano *anar* (o *estar*) *peix* ‘andare o essere (come) il pesce’ (cf. Busquets i Molas 1987: 204; Castellanos i Llorenç/Mayor i Lloret 2024: 344), che indica impreparazione o inadeguatezza.

La saggezza popolare condanna poi con particolare forza la stoltezza e la goffaggine, come dimostra l'elevato numero di unità fraseologiche contenute nei repertori da noi consultati. In catalano, ad esempio, si può essere *un presséc* ‘una pesca’ (cf. Beltran Genescà 2018: 368), *un cap de meló* ‘testa di melone’ (cf. Raspall i Juanola/Martí i Castell 1996: 74; Espinal 2006: 1015) o *una bleda* ‘una bietola’ (cf. Pomares Navarra 1997: 53; Verdaguer 1999: 39) o ancora *un ceballot* ‘un porro’ (cf. Alcover, Moll 1988: 93). In algherese si annoverano espressioni analoghe, tra le quali segnaliamo *mès tonto de la carabassa tumbàriga* ‘più tonto di una zucca ormai immangiabile’ (cf. Sanna 2021: 33), *mès tonto del nap* ‘più tonto della rapa’ (cf. *ivi*), *ésser un besuc* ‘essere un occhione’ (cf. Soggiu et al. 2009).⁴

Un ulteriore filone descritto dalla saggezza popolare è quello relativo ai giudizi di natura morale; in questo ambito, le fonti lessicografiche algheresi risultano particolarmente ricche di esempi, tra cui *no ésser farina de fer hòsties*, equivalente al modo di dire italiano *non essere farina da fare ostie* (cf. Loi 2018: 29) che riconduce alla personalità complessa spesso connotata in senso negativo di una persona e *lo junivert del costaler és més bell* ‘il prezzemolo del vicino è più bello’ (cf. Sanna 2021: 14) che ha un palese riferimento all'invidia provata nei confronti dei beni o delle qualità altrui. In contrasto con la funzione moralizzatrice appena descritta, altre paremie accentuano invece la preferenza o l'attaccamento nei confronti di quanto ci è più vicino o familiare, come si può leggere nelle espressioni algheresi *com lo rave de xu Niolu, no n'hi ha altro* ‘come i ravanelli del signor Niolu non ce ne sono altri’ (cf. *ivi*: 10) e *cada hortolà se vanta lo rave d'ell* ‘ogni ortolano vanta i suoi ravanelli’ (cf. *ivi*) o *cada u se vanta lo rave d'ell* ‘ciascuno vanta i propri ravanelli’ (cf. Loi 2017: 16) o ancora in *l'ordi al cavall és millor de la*

³ Si vedano ad esempio le locuzioni riportate da Farnés i Badó (1992: 366) *qui té un bou per la banya i una nina per la fe i una anguila per la cua pot jurar que no té res* ‘chi tiene un bue per il corno, una ragazza per la fede (nel senso di parola data o fiducia) e un'anguilla per la coda può giurare di non avere niente’ e da Conca/Guia (1996: 292) *qui pren l'anguila per la cua i la dona per la fe, bé pot dir que res no tè* ‘chi prende l'anguilla per la coda e la donna per la fede (intesa come parola data o fiducia), può ben dire di non avere nulla’.

⁴ Tipo di pesce, a cui si attribuisce scarsa intelligenza perché abbocca facilmente agli ami da pesca.

súcara ‘per il cavallo l’orzo è meglio dello zucchero’ (cf. Pinna 2021: 13) e in quelle catalane *cada oller alaba les seves olles* (cf. Escafi i Tous 2000: 91) e *cada oller alaba ses olles* (cf. Nègre 1967: 19; Conca 1993: 173), entrambe traducibili con ‘ogni pentolaio loda le sue pentole’.

A completamento di questo quadro citiamo l’espressione catalana *estar tocat del bolet* ‘essere toccato dal fungo’ (cf. Espinal 2006: 256), che allude alla pazzia o alla perdita di lucidità mentale attraverso la metafora delle proprietà allucinogene di alcuni funghi, e quella algherese *fatxa de colatronxo* ‘faccia di cavolo rapa’ (cf. Soggiu et al. 2009), con cui si stigmatizzano l’ignoranza ostentata e la presunzione. Un ulteriore monito sugli eccessi è infine espresso dalla locuzione algherese *quan lo vi toca la cervell, no coneix ni l’amic ni lo pare d’ell* ‘quando il vino tocca il cervello, non conosce né il proprio amico né il proprio padre’ (cf. Sanna 2021: 19), che mette in guardia contro gli effetti dell’abuso di alcol ma viene usata anche per indicare persone dal carattere lunatico.

2.3 Le paremie come descrittori dello scorrere del tempo

I proverbi e i modi di dire assolvono spesso alla funzione di descrivere lo scorrere del tempo o di commentare situazioni positive e negative che vanno valorizzate, accettate o affrontate con prontezza di spirito. Da questo punto di vista, le paremie si ricollegano a referenti semplici ma fondamentali nell’alimentazione quotidiana, come il pane, il sale e il vino. Tra gli esempi più significativi possiamo citare la locuzione catalana *a qui té fam les pedres li semblen pa* ‘a chi ha fame, le pietre gli sembrano pane’ (cf. García Salines 1994: 16; Parés i Puntas 1999: 307; Alzamora Bisbal 2008: 363) e le massime algheresi *quan tens fam, un tros de pa mig florit, una pomata seca, una beguda de aigua a la font i t’entens al cel* ‘quando hai fame, un pezzo di pane mezzo ammuffito, un pomodoro secco, una bevuta di acqua fresca e ti senti in cielo’ (cf. Pinna 2021: 20) e *sal, pa i dona en cada temps és bona* ‘sale, pane e donna sono buoni in ogni tempo’ (cf. Soggiu et al.: 2009). Quest’ultima presenta nel catalano generale un equivalente come *ca-ragol i dona, tot l’any és bona* ‘lumaca e donna sono buone tutto l’anno’ (cf. Farnés i Badó 1992: 702), in cui però al posto del sale e del pane compare un elemento altrettanto frequente nella tradizione paremiologica, ossia le lumache. In altri casi, i proverbi invitano invece ad accontentarsi di quanto si possiede, come si legge nella paremia catalana *val més un trago del negre que tota l’aigua del Segre* ‘vale più un sorso di vino nero che tutta l’acqua del Segre’ (cf. Griera i Gaja 1970: 139) o nell’algherese *al temps de carestia la poma de terra no tè escorja* ‘in tempo di carestia le patate non hanno buccia’ (cf. Pinna 2021: 8).

La locuzione catalana *hi ha més dies que llonganisses* ‘ci sono più giorni che salsicce’ (cf. Correig/Cugat/Rius 1984: 34; Bofarull i Terrades 1995: 81) si usa infine per invitare a non agire con fretta o impulsività quando si dispone ancora di abbastanza tempo per portare a termine un compito e probabilmente si ricollega a un avvertimento rivolto a chi consuma tutto senza moderazione né lungimiranza.

2.4 I modi di dire per descrivere gli stati d'animo, gli aspetti caratteriali o gli stati di salute

Le paremie costituiscono uno strumento privilegiato per rappresentare gli stati d'animo, soprattutto quelli negativi, attraverso una gamma di sfumature che va dalla semplice insoddisfazione fino al malessere più marcato. In catalano, ad esempio, *cada dia cols, amarguen* 'ogni giorno cavoli, amareggiano (nel senso di stancano)' (cf. Conca/Guia 2001: 110) si utilizza per manifestare insofferenza nei confronti della monotonia e della mancanza di varietà che possono caratterizzare la vita quotidiana o l'ambito lavorativo; similmente, la locuzione *més llarg que un dia sense pa* (cf. Espinal 2006: 526) insiste sulla sensazione di lentezza interminabile e di frustrazione attraverso la metafora di una intera giornata da dover trascorrere senza poter mangiare del pane. Il disagio o il disappunto nei confronti di una determinata situazione assumono toni decisamente più coloriti nella locuzione *toca'm la fava* 'toccami la fava' (cf. Pomares Navarra 1997: 157),⁵ con la quale si esprime disprezzo o indifferenza nei confronti di chi, nonostante i consigli ricevuti, persevera in atteggiamenti palesemente sbagliati. Altre espressioni evocano invece eventi improvvisi e destabilizzanti, come *fer un pet com una gla* 'fare una scorreggia come una ghianda' (cf. Raspall i Juanola/Martí i Castell 1996: 192; Rodríguez-Vida 1997: 57; Espinal 2006: 1169), che significa andare bruscamente in rovina o morire inaspettatamente, oppure evidenziano il fastidio provato per il disordine o la confusione generale, come *mesclar cols amb caragols* 'mischiare cavoli con lumache' (Farnés i Badó 1992: 99), mentre *ser figues d'un altre paner* 'essere fichi di un altro cesto' (cf. Abril Español 1996: 77; Espunyes 2007: 162; Beltran Genescà 2018: 224) sottolinea l'estraneità rispetto a una determinata situazione.

Il protrarsi di comportamenti inadeguati può aggravare una situazione inizialmente risolvibile con facilità, trasformandola progressivamente in una condizione sempre più difficile da gestire. A questo tema si ricollegano le paremie catalane *a qui no vol cols, dos plats* 'a chi non vuole cavoli, due piatti' (cf. Grieria i Gaja 1967: 110; Correig i Blanchar/Cugat i Solà/Rius i Benito 1984: 88; Parés i Puntas 1999: 307), *qui no vol caldo, dues tasses* 'a chi non vuole brodo, due tazze' (cf. Millà i Reig 1988: 14; Parés i Puntas 1999: 329) e *qui no vol brou, set escudelles* 'a chi non vuole brodo, sette scodelle' (cf. Conca 1993: 65; Parés i Puntas 1999: 329), tutte accomunate dall'idea di un peggioramento causato dal rifiuto o dall'ostinazione. A queste si aggiunge l'espressione *s'ha acabat el bróquil* 'sono finiti i broccoli' (cf. Farnés i Badó 1992: 391; Espinal 2006: 1146; Espunyes 2007: 155), usata per indicare in modo perentorio la conclusione di un qualcosa o di una discussione.

Per quanto riguarda le problematiche di varia natura, i modi di dire sottolineano spesso il rischio di conseguenze difficilmente evitabili. In tal senso risultano particolarmente significative la locuzione catalana *haver begut oli* 'avere bevuto olio' (cf. Abril Español 1996: 51; Espinal 2006: 1065), in cui l'immagine del bere olio richiama una condizione ormai irrimediabilmente compromessa, e quella algherese *ja te l'has posat lo vi al fresc* 'già ti sei messo il vino al fresco' (cf. Sanna 2021: 12), che segnala all'interlocutore l'elevata probabilità di incorrere in ripercussioni negative a causa di un comportamento imprudente. Altre espressioni si soffermano invece su aspetti caratteriali negativi o sulla lamentosità eccessiva o ingiustificata. A tal proposito vale

⁵ In questa paremia le fave hanno un chiaro rimando all'organo sessuale maschile, come d'altronde avviene anche nell'italiano popolare volgare.

la pena ricordare le espressioni catalane *quina ceba li fa coure els ulls?* ‘quale cipolla gli fa bruciare gli occhi?’ (cf. Raspall i Juanola/Martí i Castell 1996: 315; Rodriguez-Vida 1997: 33) e *com més petita és la nou, més soroll mou* ‘più è piccola la noce, più crea baccano’ (cf. Perramon i Barnadas 1979: 100; Biosca/Cornadó 2003: 94), in cui emerge il riferimento al fatto che talvolta sono i soggetti meno rilevanti o autorevoli a creare il maggiore scompiglio all’interno di equilibri prestabiliti. In chiave quasi consolatoria *qui no té un all, té una ceba* ‘chi non ha un aglio, ha una cipolla’ (cf. Espinal 2006: 896; Beltran Genescà 2018: 325) ricorda invece che nessuno è immune da problemi più o meno gravi.

Nella stessa categoria paremiologica rientrano anche espressioni che, attraverso metafore alimentari, esprimono malumore o dispiacere – talvolta attribuiti al destino o a ingiustizie sociali – oppure al contrario veicolano significati positivi. Tra queste citiamo le locuzioni catalane *Déu dona pa a qui no té dents* ‘Dio dà il pane a chi non ha i denti’ (cf. Forgas i Berdet 1992: 114), che corrisponde all’italiano *chi ha il pane non ha i denti* e *cara de prunes agres* (cf. Espinal 2006: 109) con la variante *(fer) cara de pomes agres* (cf. Farnés i Badó 1992: 685; Forgas i Berdet 2004: 27), in cui l’immagine delle smorfie istintive del viso prodotte dal mangiare susine o mele acerbe rimanda al malumore o all’irritazione.

In algherese, oltre all’espressione *tot escarxofat* ‘tutto aperto come un carciofo’ (cf. Pinna 2021: 36), che evoca l’immagine di un carciofo prossimo alla sfioritura per indicare l’aspetto disastroso di qualcosa o qualcuno, ricorrono numerosi riferimenti ai pesci e ad alcune loro peculiarità. Menzioniamo a tale proposito i fraseologismi comparativi *morronjant com lo peix de Sant Pere* ‘borbottando come il pesce di San Pietro’ (cf. Pinna 2021: 16), in cui i ripetuti movimenti boccali con cui il pesce San Pietro cattura le prede sono associati a un incessante brontolio, oppure *se gira com una anguila* ‘si gira come un’anguilla’ (cf. Soggiu et al. 2009), che allude ai movimenti improvvisi dell’anguilla e viene usato per descrivere persone inclini a scatti d’ira improvvisi.

Va tuttavia ricordato che il repertorio paremiologico catalano e algherese non è costituito esclusivamente da espressioni ironiche o sarcastiche, ma comprende anche locuzioni dal valore positivo. Tra queste in catalano spicca *treure faves d’olla* ‘togliere le fave dalla pentola’ (cf. Alzamora Bisbal 2008: 380; Beltran Genescà 2018: 369), che richiama l’idea del miglioramento delle proprie condizioni di salute o della ripresa dopo difficoltà economiche o personali. Tra le massime “positive” rientrano peraltro anche numerosi modi di dire che fanno riferimento ai dolci, allo zucchero o al miele, come *a ningù li amarga un dolç* ‘un dolce non amareggia (stanca) nessuno’ (cf. Farnés i Badó 1992: 809), locuzione catalana usata per parlare del fatto che un gesto gentile o un complimento non risultano mai sgraditi e le espressioni algheresi *dolç com la mel* (cf. Pinna 2021: 26) e *dolç com la sùcura* (cf. Soggiu et al. 2009), entrambe dotate di equivalenti perfetti in catalano generale (*dolç com la mel, dolç com un sucre*) e in italiano (*dolce come il miele, dolce come lo zucchero*).

Infine, un ulteriore ambito di impiego delle paremie è quello eufemistico, volto ad attenuare il riferimento a situazioni spiacevoli, come la malattia o la morte. In questo senso, possiamo citare come esempi le espressioni algheresi *groc com lo safrà* ‘giallo come lo zafferano’ (cf. Pinna 2021: 29) e *pareix menjat de la sal* ‘sembra mangiato (corroso) dal sale’ (cf. ivi: 33), entrambe facenti riferimento a sintomi visibili sul piano dell’aspetto fisico, e la paremia catalana *anar a*

sopar amb sant Pere (cf. Carbó, Cubillos 2018: 45; Espinal 2006: 978), in cui l'immagine di andare a cenare con San Pietro sostituisce il termine morire.

2.5 *Els refranys per insultare o maledire il prossimo*

Come ricorda Chiclana (1990: 85) “la lengua nace en el pueblo; los escritores la autorizan o dignifican (*la ilustrano*, se dice en italiano: la «ennoblecen»); los gramáticos y los académicos la regulan y la fijan, en una actuación a posteriori. Pero hay un elemento más que entra en este juego, un elemento extralingüístico que tiene o ha tenido su importancia: la sociedad”. In questa prospettiva, la categoria paremiologica che più di altre mette in luce l'intreccio tra lingua e società – e che allo stesso tempo si distingue per vivacità espressiva – è quella che raccoglie insulti, blasfemie e maledizioni, poiché rivela non solo i valori condivisi, ma anche le tensioni e i conflitti che attraversano la comunità. A questo riguardo sottolineiamo come il repertorio paremiologico algherese ci sia sembrato particolarmente ricco e variegato per i referenti coinvolti, mentre quello catalano, almeno dalle ricerche da noi finora condotte, sembri essere più contenuto e sobrio. Per quanto concerne il catalano, menzioniamo le unità fraseologiche legate al maiale *ésser un porc* (cf. Espinal 2006: 264) e *menjar com un porc* (cf. *ivi*: 238) con gli equivalenti perfetti in italiano *essere un porco* e *mangiare come un porco*, mentre in *dir-li el nom del porc* ‘dirgli il nome del porco’ (cf. *ivi*: 835; Antoja/Matas/Oriol 2018: 35; Beltran Genescà 2018: 171; Castellanos i Llorenç/Mayor i Lloret 2024: 164) il significato può oscillare tra insultare qualcuno in maniera esplicita e l'atto di parlare con estrema franchezza. Nelle espressioni popolari algheresi, invece, emerge una maggiore crudezza, che si manifesta in formule volte ad augurare ogni sorta di sventura all'interlocutore o a evidenziarne malattie e menomazioni, temporanee o permanenti. Tra le paremie più interessanti da questo punto di vista citiamo *abaladat com lo milés que contava les taronjes amb els peus* ‘paralizzato come il milese che contava le arance con i piedi’ (cf. Pinna 2021: 24), che fa riferimento a un fantomatico personaggio del paese di Milis⁶ noto proprio per essere costretto a contare le arance con i piedi, *los ulls inflamats com dues pomates* ‘gli occhi infiammati come due pomodori’ (cf. Soggiu et al. 2009) e *menjat com la fava del babaiütxo* ‘mangiato come le fave dalla tignola’ (cf. Pinna 2021: 41). Altre locuzioni assumono toni ancora più aspri, formulando auguri di torture prolungate, come in *les penes del caragol al foc* ‘le pene delle lumache sul fuoco’ (cf. *ivi*: 30), che descrive le sofferenze delle lumache cucinate vive e *que te posin al sol a secar com la càriga* ‘che ti mettano al sole a seccare come i fichi’ (cf. *ivi*: 45), mentre le espressioni *que te girin los budells com la corda de l'anjoni* ‘che ti torcano le budella come la cordula⁷ dell'agnello’ (cf. *ivi*: 44) e *que te se mengin los peus com lo polp* ‘che ti mangino i piedi come al polpo’ (cf. *ivi*: 46) rimandano a fantasiose mutilazioni corporee auspiccate a danno del destinatario. Si incontrano infine alcuni detti che esprimono più o meno apertamente il desiderio della morte altrui, come *que te donguin la fava amb el vinagre* ‘che ti diano le fave con l'aceto’ (cf. *ivi*: 43), che ricorda l'usanza del passato di servire questa pietanza come ultimo pasto per i condannati alla pena capitale. Alla stessa sfera appartengono *la risada del cabrit de Pasqua* ‘la risata del capretto di Pasqua’ (cf. *ivi*: 38), che allude al capretto sacrificato per il pasto della festività

⁶ Località della provincia di Oristano, famosa in tutta la Sardegna per la produzione di agrumi.

⁷ Pietanza tipica sarda, a base di intestini di agnello arrotolati e cotti in diversi modi.

pasquale, e la variante *la risada de la magrana que resta amb la boca oberta* ‘la risata della melagrana che resta con la bocca aperta’ (cf. *ivi*: 39), in cui l’immagine del frutto spaccato con gli arilli esposti alla vista simboleggia la bocca di un moribondo, spalancata in un ultimo ghigno che lascia i denti scoperti.

3 Conclusioni

Come abbiamo potuto osservare nei paragrafi precedenti, la paremiologia catalana e algherese è particolarmente ricca di esempi in cui il cibo e le sue caratteristiche diventano un veicolo di saggezza popolare, uno strumento per descrivere difetti fisici e morali oppure un mezzo per insultare e maledire il destinatario. In questo quadro emerge con chiarezza la centralità degli elementi tipici della cultura enogastronomica mediterranea – tra cui il grano, il vino, l’olio, il pesce e diversi ortaggi – ricorrenti in strutture spesso simili e strettamente connesse a credenze, tradizioni e festività condivise. Al tempo stesso, riteniamo importante sottolineare le differenze emerse dal confronto tra il catalano iberico e la varietà algherese: se da un lato la base culturale è indubbiamente la stessa, dall’altro l’algherese mostra le tracce di interferenze dovute al contatto con il sardo e con l’italiano. Questo fenomeno risulta particolarmente evidente nelle paremie alimentari usate come insulti o, nei casi più estremi, come maledizioni, ambito in cui – almeno per quanto abbiamo potuto constatare nel corso della nostra indagine – l’algherese sembra distinguersi dal catalano generale per la maggiore fantasia espressiva e per il ricorso a immagini più “cruente”.

Alla luce di queste considerazioni, riteniamo pertanto opportuno estendere in futuro la nostra analisi anche ad altre varietà dialettali, così da verificare l’eventuale presenza di strutture analoghe e giungere a una visione d’insieme che permetta di costruire un corpus più articolato e rappresentativo per la paremiologia del diasistema linguistico catalano nella sua interezza. Un ampliamento in questa direzione consentirebbe infatti non soltanto di rafforzare la comparazione interna fra le diverse parlate, ma anche di evidenziare il ruolo dell’algherese come laboratorio di contatto linguistico utile a ricostruire, attraverso la lingua, la memoria storica e sociale di una comunità “isolata” da secoli dalla propria madrepatria d’origine e a comprenderne gli eventuali processi di trasformazione identitaria.

Bibliografia

- Abril Español, Joan (1996): *Diccionari de frases fetes català-castellà castellà-català*, Barcelona: Edicions 62.
- Alcover, Antoni Maria/Moll, Francesc de Borja (1988): *Diccionari Català-Valencià-Balear. Tom III*. Palma: Editorial Moll.
- Alzamora Bisbal, Jaume (2008): *Espigolant dins l’antigor. Refranys i dites de la nostra terra*. Palma: Editorial Moll.
- Amades i Gelats, Joan (1951): *Folklore de Catalunya. Cançoners*. Barcelona: Editorial Selecta.
- Antoja, Joan/Matas, Anna Maria/Oriol, Joan (2018): *Bestial! Cultura popular, refranys i frases fetes... molt animals*. Valls: Cossetània Edicions.
- Balbastre i Ferrer, Josep (1977): *Nou recull de modismes i frases fetes*. Barcelona: Editorial Pòrtic.

- Ballone, Francesco (2017): *Els usos lingüístics a l'Alguer, 2015. Sos usos lingüístics in S'Alighera, 2015. Gli usi linguistici ad Alghero, 2015*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- Bartmiński, Jerzy/Kaczan, Anna (2018): "The linguacultural view of the Polish *pszenica* 'wheat' (Triticum)". *Ethnolinguistic* 29: 89–119.
- Bassa i Martín, Ramon (1995): "Els jocs lingüístics orals aplicats a l'ensenyament de la llengua". *Llengua i ús: revista tècnica de política lingüística* 3: 50–54.
- Beltran Genescà, Antoni (2018): *Ensenya'm la llengua. Vocabulari i llenguatge popular al voltant de la salut, els remeis i les malalties*. Maçanet de la Selva: Editorial Gregal.
- Biosca, Mercè/Cornadó, Maria-Pau (2003): *El refranyer de Joan Viladot*. Lleida: Pagès Editors.
- Bofarull i Terrades, Manuel (1995): *Figures vora el rec*. Barcelona: Columna Edicions.
- Busquets i Molas, Esteve (1987): *Els animals segons el poble*. Barcelona: Editorial Millà.
- Caria, Marco (2014) : "Alghero – L'Alguer o i catalani d'Italia". *BALI (Bollettino dell'Atlante Linguistico d'Italia)* 38: 75–90.
- Castellanos i Llorenç, Carles/Mayor i Lloret, Agustí (2024): *Diccionari de recursos lexicals*. Barcelona: Llibres de l'Index.
- Chessa, Enrico (2011): *Another case of Language Death? The Intergenerational Transmission of Catalan in Alghero*. London: Queen Mary University. Tesi di dottorato.
- Chiclana, Ángel (1990): "La frase malsonante, el insulto y la blasfemia según el ámbito lingüístico y cultural". In: Raders, Margit/Conesa, Juan (eds.): *II Encuentros complutenses en torno a la traducción*. Madrid, Instituto Universitario de Lenguas Modernas y Traductores Universidad Complutense de Madrid: 81–93.
- Conca, Maria (1993): *Els refranys catalans*. Seconda edizione. Valencia: Edicions Tres i Quatre.
- Conca, Maria/Guia, Josep (1996): *Els primers reculls de proverbis catalans*. Barcelona: Publicacions de l'Abadia de Montserrat.
- Conca, Maria/Guia, Josep (2001): "Els orígens de la paremiografia catalana contemporània". *Caplletra* 31: 101–114.
- Correig i Blanchar, Montserrat/Cugat i Solà, Laura/Rius i Benito, Maria Dolors (1984): *Una capseta blanca que s'obre i no es tanca*. Barcelona: Graó Editorial.
- Dahl, Wendy/Foster, Lauren/Tyler, Robert (2012): "Review of the Health Benefits of Peas (*Pisum Sativum* L.)." *British Journal of Nutrition* 108/1: S3–S10. DOI: 10.1017/S0007114512000852.
- Escafi i Tous, Pere (2000): *Cançons, gloses, refranys i locucions del fang*. Marratxí: Ajuntament de Marratxí.
- Espinal, M. Teresa (2006): *Diccionari de sinònims de frases fetes*. Seconda edizione. Barcelona/Valencia: Universitat Autònoma de Barcelona. Servei de Publicacions / Publicacions de la Universitat de Valencia / Publicacions de l'Abadia de Montserrat.
- Espunyes, Josep (2007): *Dites, locucions i frases*. Barcelona: Edicions Proa.
- Farnés i Badó, Sebastià (1992): *Paremiologia catalana comparada*. Barcelona: Columna Edicions.
- Ferret, Antoni (1968): *Parleu més bé el català*. Barcelona: Editorial Claret.
- Forgas i Berdet, Esther (1992): *El blat i el pa a les dites catalanes*. Tarragona: Edicions de L'Ateneu de Tarragona.

- Forgas i Berdet, Esther (2004): “Els refranys sobre alimentació al llarg de la història”. In: Marín i Font, Abel/Serra i Farró, Jaume/Vidal i Carou, Maria Carmen (eds.): *Saber popular i alimentació*. Barcelona, Editorial Pòrtic: 15–31.
- Forgas i Berdet, Esther (2012): “Léxico fraseológico y cultura popular: una propuesta metodológica”. In: Pejovic, Anđelka/Sekulic, Mirjana/Karanović, Vladimir (eds.), *Comida y bebida en la lengua española, cultura y literaturas hispánicas*. Kragujevac, Universidad de Kragujevac: 173–191.
- García-Page Sánchez, Mario/Ímaz Azcona, Carmen (2012): “Contigo, pan y cebolla. Pautas para el estudio del léxico y la fraseología de la comida y la bebida en España”. In: Pejovic, Anđelka/Sekulic, Mirjana/Karanović, Vladimir (eds.), *Comida y bebida en la lengua española, cultura y literaturas hispánicas*. Kragujevac, Universidad de Kragujevac: 133–156.
- García Salines, Jordi P. (1994): *Refranys i frases fetes populars catalanes*. Barcelona: Diari Avui.
- Gimeno, Isabel (1989): *El llibre dels refranys catalans*. Barcelona: Edicions Cap Roig.
- Griera i Gaja, Antoni (1967): *Tresor de la llengua, de les tradicions i de la cultura popular de Catalunya*, vol. IV. Barcelona: Edicions Polígrafa.
- Griera i Gaja, Antoni (1969): *Tresor de la llengua, de les tradicions i de la cultura popular de Catalunya*, vol. IX. Barcelona: Edicions Polígrafa.
- Griera i Gaja, Antoni (1970): *Tresor de la llengua, de les tradicions i de la cultura popular de Catalunya*, vol. XI. Barcelona: Edicions Polígrafa.
- Loddo Canepa, Francesco (1934): *Dispacci di corte ministeriali e viceregi concernenti gli affari politici, giuridici ed ecclesiastici del Regno di Sardegna (1720–1721)*. Roma: Società nazionale per la storia del Risorgimento.
- Loi, Vito (2017): *Maneres de diure*. Alghero: Edicions de l’Alguer.
- Loi, Vito (2018): *Maneres de diure II*. Alghero: Edicions de l’Alguer.
- Luque Nadal, Lucía (2012): *Principios de culturología y fraseología españolas. Creatividad y variación en las unidades fraseológicas*. Frankfurt Am Main: Lang.
- Martí Mestre, Joaquim (2017): *Diccionari de fraseologia (segles XVII–XXI)*. Valencia: Publicacions de la Universitat de València.
- Millà i Reig, Lluís (1988): *Cinc mil refranys catalans i frases fetes, populars*. Nona edició. Barcelona: Editorial Millà.
- Nègre, Roger (1967): “Langues soeurs. Proverbes et dictons catalans et occitans”. *Folklore* vol. XX 3/127 : 11–24.
- Parés i Puntas, Anna (1999): *Tots els refranys catalans. 25.000 refranys d’arreu de les terres catalanes. El repertori més complet de parèmies, proverbis i refranys existent en català*. Barcelona: Edicions 62.
- Perramon i Barnadas, Sever (1979): *Proverbis, dites i frases fetes de la llengua catalana*. Barcelona: Editorial Millà.
- Piñol Segura, Xavier (2016): *Estudi contrastiu d’alguns aspectes de la paremiologia i la fraseologia catalana i anglesa. Elaboració d’una base de dades*. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona. Tesi de laurea.
- Pinna, Salvatore (2021): *Ditxos, juraments i flastomies*. Alghero: Edicions de l’Alguer.
- Pomares Navarra, Joaquim (1997): *Diccionari del català popular i d’argot*. Barcelona: Edicions 62.

- Pujol i Campeny, Afra (2008): *Els refranys. Estudi i equivalències*. Girona: Universitat de Girona. Tesi di ricerca.
- Pujol i Vila, Josep (1999): *5.000 Refranys de nostra terra*. Tarragona: Arola Editors.
- Publilio Siro (1988): *Sententiae*. Torino: Giappichelli Editore.
- Raspall i Juanola, Joana/Martí i Castell, Joan (1996): *Diccionari de frases fetes*. Seconda edizione ampliata. Barcelona: Edicions 62.
- Rodriguez-Vida, Susana (1997): *Diccionari temàtic de modismes*. Barcelona: Edicions 62.
- Sevilla Muñoz, Julia/Crida Álvarez, Carlos Alberto (2013): “Las paremias y su clasificación”. *Paremia* 22: 105–114.
- Soggiu, Antoni et al. (2009): *Diccionari de Alguerés*. algueres.net [20.08.2025].
- Torres Martínez, Marta (2017): “Recepción de léxico de confitería decimonónico en diccionarios del español”. *Études romanes de Brno* 38: 69–81.
- Toso, Fiorenzo (2006): *Lingue d’Europa. La pluralità linguistica dei Paesi europei tra passato e presente*. Milano: Baldini Castoldi Dalai editore.
- Verdaguer, Pere (1999): *Diccionari de renecs i paraulotes*. Perpinyà: Editorial Trabucaire.