

IL PANE

Augusto Enrico Semprini

Il pane è il cibo fondamentale in molte parti del mondo, in modo tale che la parola “pane” è spesso l’equivalente di “cibo” e per estensione, nell’inglese vernacolare del XX secolo, di “denaro”.

I Cristiani recitando una preghiera a Dio chiedono “il loro pane quotidiano” e gli anglosassoni chiamavano il loro signore “guardiano del pane” e la loro signora “colei che impasta”.



Ma il pane non è l’alimento base universale, in alcune parti dell’Asia l’equivalente corrispondenza è tra “riso” e “cibo. Il pane nello schema della sopravvivenza umana ha assicurato il suo ruolo nella religione, nella magia e nei costumi, tanto che spezzare e benedire il pane è centrale nella tradizione ortodossa ebraica durante i pasti e, per estensione, nel rito dell’Eucaristia cristiana.

Il pane è oggetto di superstizioni e rituali che vanno dall’appendere un pane in casa nel Venerdì Santo per allontanare gli spiriti maligni, al taglio di

una croce sui pani per lasciar fuori il diavolo, al mangiare a Pasqua un pane rotondo marcato con una croce (la croce ha un simbolismo più antico della cristianità e tagliare un pane in questo modo, può riflettere altri costumi come l’adorazione del sole o del fuoco, riti di fertilità o la divisione del pane in porzioni.).



Il pane è un alimento semplice che richiede un progresso tecnologico in vari campi, un'agricoltura capace di far crescere cereali ricchi di glutine, una tecnica per convertire il grano in farina, un metodo per dare leggerezza all'impasto con una lievitazione, dei mezzi di cottura più complessi di una pietra piatta su di un fuoco. Fino a che questi mezzi non furono messi in atto, le società dovettero soddisfare le proprie necessità alimentari con zuppe di cereali o minestre vegetali.

Agricoltura

Non è un caso che il pane sia l'alimento basilare in Europa, nell'Asia Occidentale e nel vicino Est.

I cereali che crescono naturalmente in queste regioni includono quelle composizioni, specialmente il glutine, che possono formare una pagnotta. Il migliore sotto questo aspetto è il grano e il suo predecessore il farro che contiene molto glutine, seguito dalla segale e dall'orzo (altri come il miglio e l'avena sebbene carenti di glutine possono tuttavia essere impastati in densi pani).





Al contrario il riso, che è l'alimento basilare dell'Asia dell'Est, non è adatto a fare il pane. Si ritiene comunemente che la coltivazione del grano abbia avuto inizio nella regione dell'Anatolia, in Iran e in Siria prima del 7.000 a.C. e che questo rappresenti l'inizio dell'agricoltura stanziale e lo sviluppo della coltivazione dei cereali e di conseguenza l'uso del pane.

Macinatura

La farina necessaria per fare il pane deve essere prodotta con una macina, l'uso di pestai e mortai è il mezzo più primitivo, che di solito produce un macinato grezzo più adatto alle zuppe e alle minestre che a produrre il pane. Il passo successivo è organizzare due pietre che macinano una contro l'altra. Come è spiegato nell'inizio del capitolo "Farina" questo strumento domestico ha condotto ad altri strumenti, come l'imbrigliamento della potenza dell'acqua nella Roma classica e l'adozione dei mulini a vento a partire dal 1.000 d.C.



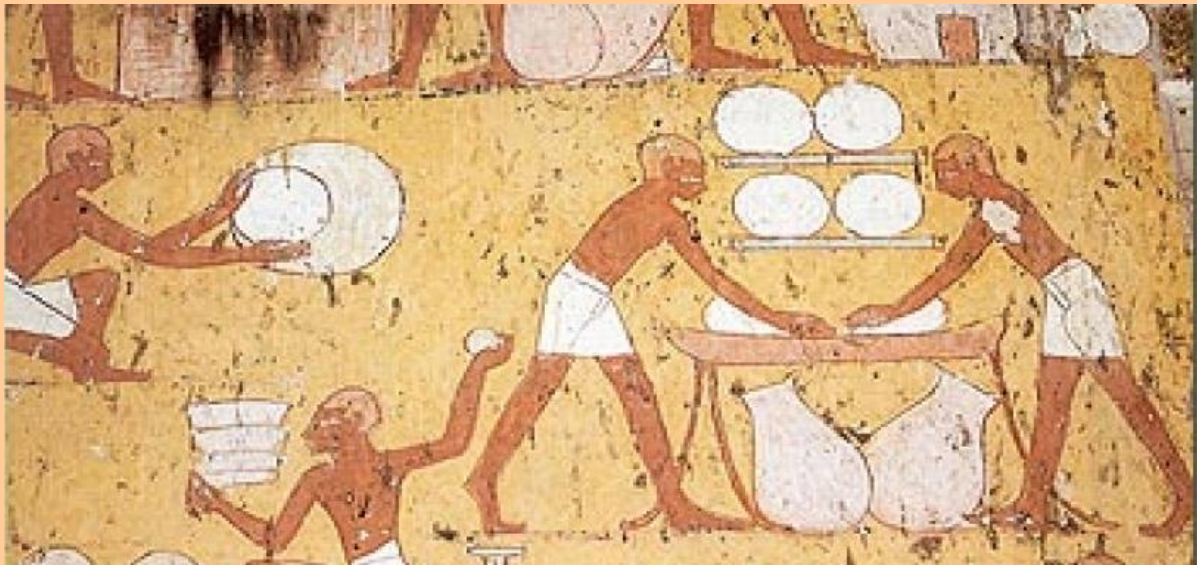
Comunque il principio rimane lo stesso e la macina è stata in uso fino al XIX secolo, quando è emerso qualcosa di nuovo e cioè un mulino a rulli utilizzato per primo in Ungheria nel 1820, perfezionato in Svizzera nel 1834



e poi rapidamente adottato in tutta l'Europa e in America. I suoi multipli rulli di acciaio non soltanto macinano il grano, ma separano anche varie frazioni (crusca, germe, endosperma). Per la prima volta fu disponibile farina bianca ad un basso prezzo.

Lievitazione

Il terzo elemento essenziale per un pane lievitato fu un agente di fermentazione o lievito. La scoperta è stata accreditata agli Egiziani e fu probabilmente accidentale, quando un impasto s'infettò con delle spore di funghi che sono dappertutto nell'aria. Per motivi economici l'impasto apparentemente infettato fu comunque cotto e si constatò che il pane risultava più leggero con un sapore speciale e buono. Più tardi venne la scoperta che un pezzo di impasto lievitato poteva essere conservato per diffondere l'infezione al prossimo impasto.



Gli egiziani producevano pani lievitati e non lievitati di varie forme e misure che sono stati trovati preservati dalla sabbia del deserto. Un'iscrizione della XX dinastia elenca trenta differenti tipi di pane. Dal 2000 a.C. o anche prima vi erano panettieri professionisti. Quando gli Israeliti fuggirono dall'Egitto, lasciarono il loro lievito dietro di loro (al contrario i più previdenti pionieri americani del West portavano le loro colture con loro, da cui il lievito naturale di San Francisco). In seguito gli Israeliti dovettero contare su pane non lievitato. Questa fu l'origine del pane azzimo dell'Esodo, ma il pane non lievitato ha continuato ad essere in uso in molte società. I Romani, specie quelli dei primi tempi dell'Impero, ritenevano che questo era tradizionale, corretto e salutare essendo i nuovi impasti lievitati un'importazione di lusso dalla Grecia.



Infine i Romani presero l'uso del lievito di birra (*Saccharomyces cerevisiae*) dalle tribù germaniche sottomesse. Questo era un mezzo di lievitazione conosciuto anche ai Celti in Spagna. Se l'originale lievito egiziano era una combinazione di

fermentazione lattica spontanea di farina ed acqua, con l'aiuto forse di latte



acido e un rinforzo successivo di spore di funghi, il lievito di birra induceva una fermentazione alcolica che poteva essere più facilmente controllata.

I pani di alcune società si sono basati soprattutto su una fermentazione lattica, che è alla base di tutta la famiglia dei lieviti naturali, mentre altri, specialmente nelle

isole inglesi, sono dipesi a lungo dalla fermentazione alcolica con l'uso di lievito di birra. Un fattore di freno nell'adozione del lievito di birra era la sua disponibilità: non poteva sopravvivere ad alte temperature e non tutte le comunità disponevano sempre di alcol. Ci sono innumerevoli ricette nei libri inglesi su come fare la birra e questo indica che non sempre la si poteva trovare.

