

✓ **Pane**

Il **pane** (dal latino **panis**) è un prodotto alimentare ottenuto dalla lievitazione e successiva cottura in forno di un impasto a base di farina di cereali e acqua, confezionato con diverse modalità, arricchito e caratterizzato sovente da ingredienti prettamente regionali. Ha un posto fondamentale nella tradizione occidentale come componente primaria dell'alimentazione, al punto che il termine stesso può diventare sinonimo di cibo o di nutrimento, non necessariamente fisico. Il pane può anche essere non lievitato, detto perciò azimo o azzimo, soprattutto nel caso sia da conservare per lunghi periodi.

Il pane nasce da pochi e semplici ingredienti amalgamati assieme.

Farina: prodotta dalla molinatura del frumento tenero. Si presenta con una colorazione bianca o scura e con differente consistenza. Una buona farina deve avere:

- un buon grado di assorbimento per la resa del pane;
- un elevato contenuto proteico,più precisamente il glutine che offre all' impasto proprietà elastiche;
- buona stabilità dell' impasto durante la lavorazione.

L' indice di panificazione indica la "forza" della farina. E' importante l' umidità della farina, se eccessivamente umida si creano grumi, odori sgradevoli e sapore dolciastro che diventa acre e amarognolo. Il macinato diventa vecchio a 6-10 mesi dalla macinazione.

Acqua: mescolata con la farina si ha la formazione di glutine che fornisce proprietà elastiche e viscosi, importanti per la lievitazione. Le proprietà dell' acqua sono:

- potabilità;
- pochi Sali terrosi;
- non troppo dura o colorata.

L' apporto corretto di acqua è compreso tra il 55% e il 65%.

Sale: è utile perché ostacola la nascita di batteri che potrebbero andare a contrastare il glutine, favorisce la digeribilità e rallenta il deterioramento del pane. Viene aggiunto lo 0,5%-2% del peso della farina.

Lievito: trasforma gli zuccheri in anidride carbonica o alcol. Troviamo il lievito naturale detto anche madre e il lievito di birra. Si possono utilizzare anche: pasta acida, biga, surrogato chimico o un succedaneo secco. Il lievito di birra si ricava dalla coltura di alcuni ceppi microrganici (*Saccaromyces cerevisiae*). Le dosi nell' impasto sono di 30-50 grammi a chilo. Presenta un metabolismo rapido e inibisce altri agenti lievitanti proprio per la sua rapidità di azione. Il lievito madre richiede una preparazione laboriosa. E' costituito da farine mescolata ad acqua e lasciata a contatto con l' aria; questo impasto fermenta grazie ai batteri. Deve essere nutrito con farina e acqua per impedire l' aumento dell' acidità che

potrebbe essere trasmesso al pane. Se aggiunto all' impasto in proporzioni pari al 40- 45% funge da agente lievitante.

Altro: possono essere aggiunti dei grassi (olio vegetale, strutto, burro) per dare morbidezza e gusto al prodotto. Il miele accentua il colore della crosta e conferisce al prodotto le proprie caratteristiche organolettiche, mantiene soffice il pane. Spezie, frutta, aromi(semi di papavero e di zucca, anice, cumino) danno colore e sapore al pane.

“E' ORMAI APPURATO CHE, PER PRODURRE IL PANE E LA PIZZA OCCORRONO LE STESSE MATERIE PRIME ED ESATTAMENTE LA STESSA LAVORAZIONE, CIOE' : LA FARINA, L'ACQUA E IL LIEVITO DI BIRRA. PERO' ATTENZIONE PERCHE' METTERE UNA QUANTITA' ECCESSIVA DI LIEVITO DI BIRRA E' MOLTO DANNOSO IN QUANTO, CON MOLTO LIEVITO, AVVIENE SOLAMENTE UN RIGONFIAMENTO DELLA PASTA OTTENUTA , SENZA OTTENERE, PERO', VALORI NUTRIZIONALI, ANZI.....L'IMPASTO DIVENTA PASTA DI PANE QUANDO UN POCO LIEVITO DI BIRRA "ECCITA", IN MODO MOLTO LENTO, GLI ENZIMI ESISTENTI NELLA FARINA FINO A PROVOCARE LA FUNZIONE ENZIMATICA, CIOE' LA VERA LIEVITAZIONE CHE E' QUELLA ATTA A TRASFORMARE L'IMPASTO STESSO IN PASTA DI PANE, CIOE' QUELLA PASTA CHE UNA VOLTA PORTATA A COTTURA DIVENTA IL VERO PANE O PIZZA. IN SOSTANZA IL LIEVITO DI BIRRA, O SIMILARI, NEGLI IMPASTI NON HA LA FUNZIONE DI FAR LIEVITARE IL PANE STESSO, MA QUELLA DI "ECCITARE" LA FARINA ED I SUOI ENZIMI I QUALI, TRASFORMANDOSI, DIVENTANO DIGERIBILI, APPETIBILI E SOPRATTUTTO NON DANNOSI ALLA SALUTE. ALLORA RIPETIAMO E' ASSOLUTAMENTE SBAGLIATO FARE L'IMPASTO E PRODURRE SUBITO IL PANE, BISOGNA INVECE FARE I PRIMO IMPASTO CON POCHESSIMO LIEVITO DI BIRRA POI, ATTENDERE IL TEMPO NECESSARIO E FARE LE OPERAZIONI FINALI COME DA RICETTA. QUANDO NON VENGONO SEGUITE QUESTE REGOLE LE CONSEGUENZE SONO: PANE SCADENTE, SENZA PROFUMO, E DI DIFFICILE DIGERIBILITA'". Di Arnaldo Cavallari. (Fonte: <http://www.accademiadelpane.it/>)

✓ La qualità del pane

Nel mondo occidentale la maggiore evoluzione delle tecnologie panificatorie si è avuta grazie all'avvento di sistemi industriali moderni di molitura e spartizione delle frazioni farinose del frumento, (detto anche più comunemente "grano").

La molitura (macinazione) **tradizionale** non separava accuratamente tutti i prodotti della macinazione del grano, in particolare non separava le parti oleose e proteiche dai semplici carboidrati (amidi).

La conservazione nel tempo di queste farine era limitata poiché essendo queste ricche in proteine, oli e vitamine, queste ultime parti rischiavano nel tempo di alterarsi ed irrancidire. Quindi il sistema tradizionale ovviava a tale fatto con la molitura del grano in moderate quantità, a preparare solo il prodotto per il consumo a breve o medio termine.

È da dire peraltro che la conservazione in grandi quantità e per tempi molto lunghi delle farine non era una esigenza molto sentita. Il sistema della macinazione era diffuso in ogni città e spesso in ogni villaggio, in ogni mese dell'anno a preparare il necessario per il mese successivo, senza alcun problema. La conservazione di magazzino si faceva facilmente con la materia prima, il frumento in grani, dato che questo si conserva piuttosto bene e quindi resta sempre a disposizione per essere man mano macinato.

Le componenti oleose e proteiche erano però quelle che davano (e danno ancora in alcuni pani tradizionali) aroma e fragranza al pane, fornendo quelle caratteristiche che costituiscono il pane "buono", che spesso si sono perse nel pane corrente.

Con la tecnologia **industriale** attuale invece la separazione delle frazioni è rigorosa. I vantaggi merceologici sono ovvi, sotto forma della aumentata possibilità di conservazione delle farine (che sono quindi composte pressoché totalmente da amido), questo è vantaggioso per i trasporti su lunghe distanze e soprattutto nella possibilità di conservare le farine in condizioni anche non ottimali per tempi molto lunghi, senza avere perdite.

In questa maniera le altre frazioni più "instabili" della molitura sono messe da parte ed alimentano filiere produttive, spesso molto remunerative, separate dalla panificazione: sono infatti dirottate a preparare prodotti dietetici, oli cosmetici, ecc.

Il pane però prodotto dalle farine così ottenute non avrebbe elevate qualità, sarebbe insipido e privo di nutrienti pregiati, di fatto costituito solo da amidi impoveriti, quindi è necessaria l'aggiunta di grassi vegetali, grassi animali, maltizzati, ecc. per raggiungere livelli accettabili di caratteristiche organolettiche. Non si ha peraltro certezza sulla natura e qualità di tali ripristini.

Anche le farine "integrali" dal commercio, nel senso corretto del termine, non sono affatto integrali, (perlomeno nel senso di costituzione completa del contenuto); sono solo la parte midollare (solo amido) del chicco con aggiunta della crusca (che è la parte legnosa e fibrosa esterna), ottima quest'ultima per la sua non digeribilità e per le note attività di promuovere, come sostanza inerte, la motilità intestinale. Mancano però le parti ricche, quelle corticali, con i minerali, gli oli e le vitamine, gli aromi, ed inoltre le parti del germe, ricco di proteine.

Ragionando su tabelle di dati circa il contenuto del seme di grano (o di altri cereali), in proteine, vitamine, amidi semplici e complessi ecc., cautelativamente conviene per ora considerare quei dati come non necessariamente attinenti al contenuto delle farine, né tanto meno del pane, salvo che sia specificatamente certificato.

D'altra parte la consuetudine di classificare (di fatto) le farine solo con la designazione "0", "00" (zero, doppio zero, a indicare la finezza, cioè durata, della macinazione), è quasi comparabile ad andare a definire le caratteristiche di un vino guardando la forma della bottiglia.

La preziosità di alcuni pani tradizionali regionali è proprio legata a questa differenza rispetto ai prodotti industriali, che non è solo di sapore; è noto che l'abuso di carboidrati raffinati (zuccheri e farine) impoveriti negli altri componenti equilibranti è una delle concause delle malattie glicemiche che costituiscono una importante patologia dell'epoca attuale.

Pani regionali in vetrina

Le ricette più diffuse prevedono pressappoco l'impiego di due parti di farina di frumento e una di acqua, in parte freschi e in parte provenienti da un impasto precedente (lievito naturale o cosiddetta pasta madre); ne esistono tuttavia innumerevoli varianti in base al tipo di farine usate in aggiunta, oppure in sostituzione, di quella di frumento (ad esempio di mais o segale, ma anche derivata da legumi come la soia), oppure ancora per tipo di condimenti.

Quasi sempre al preparato per il pane viene aggiunto del sale durante la stessa fase di preparazione, eccetto alcuni tipi prodotti in Toscana, nelle Marche ed in Umbria (notoriamente privi di questo condimento).

« Tu proverai sì come sa di sale lo pane altrui »

(Dante Alighieri nel XVII canto del Paradiso)

Ugualmente possono essere aggiunti anche olio, burro, strutto e altri grassi.

Inoltre in tempi recenti è sempre più diffusa l'abitudine di sostituire il lievito naturale con il lievito di birra che permette una lavorazione e una lievitazione più rapide.

Una volta preparato l'impasto, il pane veniva avvolto in un panno e lasciato lievitare per due o tre giorni in un posto fresco e asciutto. Con la stessa modalità avveniva per alcune settimane la conservazione del pane morbido appena sfornato.

Numerosi i tipi di pane riconosciuti in Italia come Prodotti agroalimentari tradizionali, o con D.O.P., D.O.C. o I.G.P..

✓ Fare il pane



Fare il pane non è un'operazione complessa. Gli attrezzi usati sono, salvo la gràmola, piuttosto elementari. Ma per cuocere il pane c'è bisogno di un apposita struttura, il forno da pane, che raramente si ritrovava nelle case comuni. Possedevano il forno, naturalmente, i fornai; poi, soprattutto nei piccoli paesi e nelle contrade sparse, ogni aggregato di case aveva il suo forno comunitario, che poteva essere di proprietà privata, ma ugualmente quasi sempre a disposizione di tutti i vicini. Diversamente da quello del latte, anche fare il pane era, come il bucato, un lavoro saltuario, e non quotidiano. Un lavoro faticoso, soprattutto nella fase dell'impasto, e le donne ne erano così prese che si diceva che erano guai se si andava a disturbarle. E il risultato finale del lavoro costituiva

un momento di festa. Il procedimento per fare il pane è abbastanza semplice. Occorre innanzitutto preparare il levà, l'impasto lievitato, operazione che si faceva sempre in casa. Più anticamente, allorché non esisteva il lievito di birra e si adoperava soltanto quello naturale, chiamato in talune località levà de boassa, si preparavano tre successivi impasti lievitati, chiamati la prima, la mata o gròssa e l'impasto finale. Si cominciava a fare un primo ridotto pastone il mezzogiorno del giorno precedente la cottura, se ne faceva un secondo, di proporzioni maggiori, la sera, e infine, il giorno dopo, si completava il lavoro con l'impasto finale.



✓ La cultura del pane nel Polesine

I greci avevano assegnato un formidabile valore simbolico a quest'alimento, convinti com'erano, che i popoli civili si distinguessero dai barbari per cultura e scomodarono persino una dea "Demetra" assegnando a lei la responsabilità della fertilità e all'abbondanza dei raccolti cerealicoli dalla cui trasformazione dipendeva la sopravvivenza e il benessere degli uomini. Gli ingredienti sono pochi e semplici, farine di grano tenero, acqua, olio o strutto, lievito e sale e si lascia riposare e lievitare l'impasto in luogo protetto. Si può arricchire il composto con fragranti ciccioli e rosmarino trito ed ecco " i coari o la pinza onta" un pane aromatizzato, emblema polesano. Si può aggiungere al composto della polenta sbriciolata ed ecco le " tirote " un pane vellutato, oppure della cipolla sfrigolata nell'olio certi che la casa tutta profumerà di buono, di famiglia. Si può arricchire con uova latte e zucchero e ne esce un pan dolce che odora di brioches, ottimo da colazione. Se poi distrattamente lasci cadere qualche chicco d'uva passerai una vera leccornia da leccarsi i baffi. Infine il pane biscotto, vanto del polesine, famoso quello di Loreo o di Villadose, dove la cenere è testimone di una notte trascorsa assieme ad asciugarsi nel forno spento, ma ancora caldo.

✓ I prodotti tipici della panificazione polesana



Pane biscotto: prodotto legato alla tradizione le cui origini risalgono al secolo scorso quando, per la situazione di estrema povertà della popolazione polesana, il pane veniva fatto poche volte e quindi doveva bastare per più giorni. Il pane non consumato immediatamente veniva perciò lasciato per diversi giorni in piccoli forni e tale permanenza prolungata sottraeva gradualmente l'umidità, asciugava il prodotto fino a conferirgli quella caratteristica di secchezza da cui il nome di pane biscotto. E' un prodotto quindi che non

invecchia, di lunga durata e dagli ingredienti semplicissimi come farina, acqua, sale, lievito madre e grassi come lievito e strutto.



Tirotta con la polenta: anche in questo caso prodotto antichissimo della tradizione polesana ed anche in questo caso la poca disponibilità di materie prime aguzzò l'ingegno dei nostri antenati per ricavare grandi quantità di prodotto malgrado la pochezza degli ingredienti disponibili. Data la scarsità di farina bianca, l'ingrediente principale del pane, si pensò di miscelare la farina bianca con quella di mais, coltivazione presente in Polesine in maniera molto più massiccia rispetto al frumento. La tirotta è quindi un pane composto da farina bianca e da farina di mais, cioè da polenta. Per renderla più morbida e friabile si aggiunge dello strutto. E' un prodotto molto richiesto anche ai giorni nostri. Non ha i lunghi tempi di conservazione del pane biscotto ma è comunque consumabile anche 2/3 giorni dopo la sua produzione.

Pinza onta: legata alla tradizione in quanto alimento molto genuino composto infatti da farina bianca, acqua, sale, strutto e, facoltativamente, da lievito madre. Può essere condita da ciccioli di maiale, oppure può essere prodotta con l'aggiunta di farina di mais, cioè polenta, in questo caso prende il nome di pinza gialla. Pur essendo un prodotto antico è molto apprezzato dalle nuove generazioni. Tutti e tre i prodotti sopra descritti si producono con farina locale, non proveniente quindi da altre regioni o dall'estero.



Ciabatta polesana: la ciabatta è una forma tipicamente lombarda che negli ultimi 20 anni si è diffusa anche in Polesine. La ciabatta polesana si differenzia da quella lombarda per i tempi di lievitazione molto più lunghi a beneficio della digeribilità. Il luogo di produzione un tempo a Como si è ora spostato ad Adria divenendo un prodotto tipico.

L'attuale versione della ciabatta nasce nel 1982 da una ricetta di Arnaldo Cavallari, che ha messo in produzione la farina "tipo 1 Italia" caratterizzata da un alto contenuto di glutine che ben si presta alle lunghe fermentazioni. Questo tipo di lavorazione garantisce un prodotto gustoso e fragrante, ma con una percentuale di umidità molto più elevata rispetto a quella delle michette o delle baguettes francesi. Per promuoverne la produzione è stato realizzato un piccolo laboratorio di panificazione dove si tengono corsi gratuiti di specializzazione con sperimentazioni pratiche. L'intento è quello di promuovere questo prodotto nel territorio, e non solo, anche attraverso la creazione delle varie "botteghe della ciabatta".



Ingredienti

1° impasto

10 kg di farina Manitoba

0,100 di lievito di birra

4,5 lt di acqua

2° impasto

2 kg di farina 0 rinforzata

0,080 kg di lievito di birra

0,080kg di malto

0,180 kg di sale

4 lt di acqua

Procedimento

Con gli ingredienti del primo impasto ottenere una pasta piuttosto dura, facendo girare poco l'impastatrice, e far lievitare per 15-18 ore. Quindi rimettere la pasta in macchina e aggiungere gli ingredienti del 2° impasto, che al contrario del primo deve essere piuttosto morbido. Far quindi girare la macchina per 5 minuti alla prima velocità e per 10 minuti alla seconda. Il sale va aggiunto un minuto prima di completare la lavorazione. Prendere la pasta e sistemarla in una bacinella unta di olio e farla riposare per 40 minuti. Quando inizia a lievitare, prendere dei pezzi di pasta da circa 300 grammi o se si preferisce di altra pezzatura, metterli senza lavorarli, ma semplicemente appoggiandoli su un piano e farli lievitare fino al raddoppio del volume. In questo modo la pasta si assesta e data la sua morbidezza da sola prende la forma. Si procede in due modi. IL primo consiste nel prendere la pasta e poggiarla sulla pala da forno e infornarla, così si gonfia molto. IL secondo modo prevede che si prenda dai lati la pasta con le mani e si raggruppi al centro poi delicatamente si allunga con le mani, si sistema sulla pala e si inforna e così la ciabatta rimane un po' più bassa. In entrambi i casi, cuocere con molto vapore a 200° per 20-25 minuti.

La ciabatta



Ingredienti

15 gr di lievito di birra fresco
60 ml di acqua
una puntina di un cucchiaino di zucchero
500 gr di farina di forza media
2,5 gr di malto (facoltativo)
7,5 gr di sale (un cucchiaino e mezzo)
315 ml di acqua

Procedimento

Sciogliere il lievito in 60 ml di acqua insieme alla puntina di zucchero e lasciare riposare per una decina di minuti, finché non appare una leggera schiuma in superficie. Prendere una ciotola abbastanza grande per impastare e aggiungere la farina, il malto e il sale. Fare un buco al centro e iniziare ad aggiungere gradualmente il lievito sciolto in acqua e l'acqua supplementare, mescolando bene. Continuare a mescolare fino a quando l'impasto non abbia preso una certa consistenza: rovesciare quindi sul tagliere e impastare con maggiore energia fino a quando l'impasto non si presenterà liscio ed elastico (rimanendo, comunque, un po' appiccicoso). Disporre quindi l'impasto in una ciotola, coprirlo con un canovaccio di cotone e lasciarlo lievitare fino a che non sia raddoppiato di volume. Rovesciare quindi l'impasto su un piano di lavoro spolverizzato di farina e dividerlo in due parti uguali. Aiutandosi con una spatola - o con un coltello grosso, in mancanza di questa - formare la ciabatta dando all'impasto la forma di un rettangolo lungo e stretto (4 per 30-35 cm circa) e spolverizzare abbondantemente di farina. Prendere quindi uno strofinaccio non trattato con ammorbidenti, spolverarlo bene di farina, e sistemarlo sopra la pagnotta cruda (chi non è molto pratico, può usare carta forno in modo da evitare problemi al momento del trasferimento in forno). Spolverizzare bene di farina e lasciare riposare per 20 -30 minuti. Prendere quindi le due estremità di ogni pagnotta e tirarle delicatamente in modo da fare arrivare la loro lunghezza a 40-45 cm circa. Poi, sempre con delicatezza, capovolgerle. Coprirle con un canovaccio di cotone e farle lievitare per un'ora e mezza circa. A mezz'ora circa dalla fine della lievitazione, accendere il forno e portarlo al massimo della temperatura (sistemando, se la si possiede, la pietra di cottura a mezza altezza). Infornare quindi le ciabatte. Dopo circa 15 minuti, abbassare un po' la temperatura (di 25 gradi circa) e portare a cottura. Una volta sfornate, farle raffreddare su una gratella.





La ciabatta è il suo ideatore

Presso la sede e l'abitazione del Dott. Cavallari si possono trovare le date di registrazione degli oltre trenta Marchi Registrati, tutti legati al Pane (per ultimi citiamo la "Farina Uno natura", il Pane Toscano-Veneto, il "Panettone di Adria"), ideati, regolarmente brevettati ed ora conosciuti in tutto il mondo ed inoltre un reperto particolare di quattro ciabatte "mummificate", prodotte il 21 settembre 1982, giorno di nascita ufficiale del pane Ciabatta. Lungimirante è stata l'intuizione del dott. Cavallari di unire l'attività di pilota di rally quale veicolo di marketing del pane CIABATTA., permettendo ulteriormente la diffusione di questo pane nel mondo. Attualmente la Ciabatta è conosciuta in 56 stati. L'attività per la tutela della Qualità, Genuinità della "linea natura" delle farine e del pane è demandata "all'Accademia del Pane" fondata dal Dott. Cavallari nel 2006 con sede presso il suo Forno sperimentale (vedi www.accademiadelpane.it) che ha creato, a supporto della sua attività didattica ed imprenditoriale, per garantire la "filiera produttiva" dalle false imitazioni, un Organismo di Certificazione che rilascia per quanti si attengono alle giuste regole un proprio "Certificato di Garanzia di Filiera". Il Pane Ciabatta, ora è conosciuto in tutto il mondo. E' stato citato più volte dal Times di Londra dove si affermava che, da studi fatti da un famoso prof. australiano, la ciabatta era diventata "regina di scarpetta" per il suo fantastico "taste" e per la grande quantità di sugo che poteva assorbire. E' stato citato dal giornale "France Soir" dove si leggeva che il prof. Calvè, grande padre della baguette francese, sempre sostenuto dal Governo, in una intervista affermò: "merd" gli italiani con quel pane ciabatta, ormai ci hanno superato". E' stato citato dal giornale madrileno "ABC" dove, in un articolo in prima pagina, si affermava che il pane ciabatta, in Spagna, aveva superato in bontà e notorietà la baguette francese. Non è poi per caso che la ciabatta la trovi nei menù della compagnia aerea South African Airlines o nel menu, addirittura, riservato alla prima classe ed alla business class, della Iberia Airlines. Ed è per questo motivo che l'Amministrazione comunale ha deliberato di riconoscere formalmente il legame storico della Città di Adria con il Pane "Ciabatta" ed il suo ideatore: -Attribuendo al Pane Ciabatta il primo marchio quale "IDENTITA' GASTRONOMICA ADRIESE"; -Attivandosi in tutte le sedi istituzionali per "diffondere la primogenitura" del pane "Ciabatta" nella Città di Adria presso il forno sperimentale-Istituendo per il giorno 21 settembre di ogni anno (21.09.1982 data di nascita del pane "Ciabatta") la giornata dei festeggiamenti cittadini, indicando manifestazioni culturali, artistiche, sportive, gastronomiche, ecc.. -Aggiornando la segnaletica stradale d'ingresso alla Città, riformulando la cartellonistica con l'inserimento della dicitura «qui è nato il pane "Ciabatta" —21.09.1982»;-Aggiornando la toponomastica cittadina dedicando una Via del Pane Ciabatta;-Ricercando partner privati per la costituzione di una Fondazione per la tutela e la gestione del materiale sportivo del Dott. Arnaldo Cavallari, della tradizione del pane "Ciabatta", per la costituzione di un museo dell'arte di panetteria e mugnaia. (di Fabio Panetto su materiale inviato dal Dott. Clorindo Manzato)

✓ Pan biscotto



Storicamente grande produttore di frumento e mais, il Polesine, è terra nella quale il pane, assieme alla polenta, è sempre stato patrimonio di tutte le famiglie, che spesso lo preparavano in proprio.

Come da tradizione veneta, un posto d'onore tra i vari tipi di pane prodotti spetta al **pan biscotto**, un pane secco e croccante, un tempo necessità per permettere una lunga conservazione nell'ambiente umido, oggi raffinata prelibatezza, che ogni forno arricchisce con i propri segreti.

Il pan biscotto è un tipo di pane tipicamente veneto con una lavorazione molto semplice e un tempo di conservazione piuttosto elevato, circa sei mesi, prodotto con pasta molto dura, ottenuta da farine di media forza. Gli ingredienti caratteristici sono rappresentati: dal lievito di birra, che una volta e in qualche esempio ancora oggi, si conservava dal precedente impasto un 10% di pasta da aggiungere al nuovo perché contribuiva alla lievitazione, detta biga; sale fino, acqua, farina, olio extravergine d'oliva aggiunto eventualmente in quantità circa di 0,3% e strutto, ma quest'ultimo ingrediente veniva utilizzato soprattutto un tempo. Le metodiche di lavorazione, conservazione e stagionatura prevedono un impasto molto consistente, duro, del peso di 30-40 kg. Dopo la lunga lievitazione, della durata di 4-5 ore, le forme di pane vengono messe su tavole. La procedura di lavorazione inizia con l'impasto di tutti gli ingredienti, effettuato a mano una volta e nell'impastatrice, oggi, per circa 20-30 minuti. Nel Polesine è tipico l'impiego di lievito dei giorni precedenti, lievito madre, rinfrescato di giorno in giorno. Al termine l'impasto viene depositato sulla classica madia, affinché avvenga la prima grande lievitazione, circa un'ora di lievitazione che d'estate può dimezzarsi, in dipendenza comunque dalla consistenza dell'impasto: più duro è più tempo occorre; sulla superficie di legno viene cosparsa della farina perché l'impasto non si attacchi e, per lo stesso motivo, il canovaccio nel quale viene avvolta la pasta è una tipica tela grezza di canapa o cànevo.

La pasta viene quindi domata a mano in una forma allungata, un grosso rotolo di pasta, tagliato successivamente in fette che variano circa dagli 80 ai 150 gr (per ottenere la classica ciòpa di pan biscotto ; l'operazione avviene oggi anche attraverso una macchina con rullo, la formatrice, che lavora e taglia al pasta. Le ciòpe vengono quindi messe su assi di legno, con la tela di canapa sotto e sopra, dove avviene la seconda lievitazione (più breve, circa mezz'ora, d'estate possono essere sufficienti 20 minuti); d'estate i canovacci possono essere leggermente bagnati per conservare l'umidità. Durante questa lievitazione si forma una pellicola, quasi la prima crosta del pane. Ci sono molti metodi per vedere se la lievitazione è avvenuta, si può fare, secondo uno di questi valido anche per la prima lievitazione, una leggera pressione con un dito sulla pellicola: se la pasta ritorna al livello

precedente vuol dire che la lievitazione è compiuta, se viceversa la pellicola si buca la ciòpe non sono ancora pronte. Nel frattempo il forno è stato acceso. Alla temperatura di 210-240°C viene pulito dalle braci per l'inserimento delle forme di pane. Infornate con pale di legno, queste ultime vengono disposte ordinatamente che non si tocchino. Quindi il forno viene chiuso ermeticamente, per permettere la formazione di una lieve pressione che aiuta la cottura e l'aumento di dimensione delle ciòpe; difatti avviene nel forno una sorta di terza lievitazione, capace di far raddoppiare il volume delle forme (l'umidità, sprigionata dal pane a contatto con il calore, crea una nube di vapore all'interno che dà la colorazione al pane). Dopo 15 minuti i registri (piccole aperture del forno poste in alto simmetricamente) possono essere aperti di modo da far uscire l'umidità non più necessaria, richiusi poi subito. Passati 15-20 minuti, il forno viene aperto per rigirare le ciòpe perché altrimenti tendono sotto a prendere troppo colore e a cuocersi troppo (l'operazione è possibile perché a questo punto le forme hanno già una certa consistenza). Dopo 5-10 minuti ulteriori di cottura il pane viene estratto. È importante che non si arrivi ad una cottura completa delle forme, ma circa di un 70% rispetto al pane normale, di modo che non si formi la caratteristica crosta un po' lucida che ostacola la biscottatura: difatti la crosta, durante la fase di biscottatura, costringe l'umidità all'interno della forma facendo diventare il pan biscotto duro, non croccante e fragrante come necessariamente dev'essere.

Estrate, le forme vengono riposte nuovamente, affinché raffreddino, sulle assi di legno con sotto canovacci di canapa, questa volta però non coperte. Il forno intanto deve raffreddare anch'esso, dai 200°C di fine cottura, ai 140°C: a tale scopo vengono spalancati bocca e registri facendo in modo che l'ambiente sia aerato. Si riprende, raggiunta la temperatura voluta (in circa 6-7 ore), infornando nuovamente con l'utilizzo di una particolare pala di alluminio dotata all'estremità di una di griglia. Si distendono le forme sulla superficie del forno affinché via sia massimo due forme sovrapposte. Chiusa la bocca, tipicamente si devono lasciare socchiusi i registri (fino a 10 cm) per permettere l'uscita dell'umidità residua (e perché il pane non diventi rossiccio). Si possono ottenere da 55-60 Kg di pane fresco circa 30 Kg di pan biscotto (in questa ultima infornata si perde in peso un 40-50% di umidità). La biscottatura tradizionale è quella naturale, molto lenta, 40 ore contro le 5-6 di quella forzata. Tale modalità permette il mantenimento di una fragranza tipica e di un sapore che l'aria forzata della biscottatura industriale fa perdere. Estratto il prodotto, se riposto in sacchetti ermetici in luogo buio, fresco ed asciutto, può durare 3-4 mesi nel periodo estivo e 5 mesi d'inverno. Il pan biscotto sostituisce nelle case più povere il pane fresco. Tradizionalmente si consuma inzuppato nel latte, nelle zuppe, nel vino, per accompagnare i formaggi e gli insaccati e perfino con l'anguria. È ideale per i bambini perché aiuta la formazione della prima dentatura, è più digeribile ed è curativo nei casi di gastriti ed ulcere.

Pan biscotto... un'antica tradizione veneta Il "Pan biscotto" nel Veneto è un prodotto di antica tradizione e ancor oggi è particolarmente consumato nel Basso Vicentino e nel Polesine. In queste zone il pan biscotto era tradizionalmente preparato nelle "casade" o fattorie di campagna, dove vi era un forno a legna che veniva adoperato dai salariati. Mediamente si faceva il pane per la famiglia ogni 15 giorni, ed era quindi necessario ottenere un prodotto facilmente conservabile. Anche Venezia aveva una grande tradizione nel pan biscotto o gallette. Utilizzato inizialmente nelle navi già nel 1280, esisteva una Magistratura che controllava la fabbricazione di questo prodotto, principalmente usato in alternativa a quello fresco. Ogni famiglia ne teneva una scorta, in sostituzione c'era solo polenta. Gli anziani dicevano: "col pan tuto xsè più bon", e così lo accompagnavano ad ogni tipo di pietanza, persino alla frutta: pan e pomo, pan e pero, pan e nose, e persino

pan e anguria! Forse una volta l'azione principale era quella di sfamare tante bocche con pochi costi, ma poi con il tempo qualcuno deve essersi accorto che era veramente buono, dato che tantissime persone ancora oggi mangiano la frutta accompagnata dal pan biscotto e non certo perché non hanno niente altro da mangiare, come magari poteva essere nei tempi passati.

✓ **Pan Biscotto del Polesine**

Territorio interessato alla produzione del pan biscotto: E' un prodotto tradizionale per quasi tutto il territorio del Veneto, ma è ancora oggi particolarmente prodotto e consumato nel Polesine.

La storia

Nel Polesine il pan biscotto era tradizionalmente preparato nelle "casade" (fattorie) di campagna, dove vi era un forno a legna che veniva adoperato dai salariati. Mediamente si faceva il pane per la famiglia ogni 15 giorni, ed era quindi necessario ottenere un prodotto facilmente conservabile.

Descrizione del prodotto

Pane di pasta molto dura, ottenuto da farine di media forza. Gli ingredienti caratteristici sono i seguenti: lievito di birra, una volta e in qualche esempio ancora oggi, si conservava dal precedente impasto un 10% di pasta da aggiungere al nuovo perché contribuiva alla lievitazione (detta biga), sale fino, acqua, farina, olio extravergine d'oliva o strutto, utilizzato soprattutto un tempo.

Processo di produzione

Si ottiene un impasto molto consistente, duro, del peso di 30-40 kg. Dopo la lunga lievitazione, della durata di 4-5 ore, le forme di pane vengono messe su tavole. La procedura di lavorazione inizia con l'impasto di tutti gli ingredienti, effettuato a mano una volta e nell'impastatrice, oggi, per circa 20-30 minuti. Nel Polesine è tipico l'impiego di lievito dei giorni precedenti (lievito madre), rinfrescato di giorno in giorno.

Reperibilità

In tutti i panifici del Veneto lungo tutto il corso dell'anno. Nel territorio polesano lo troviamo a Villadose e ad es. nei seguenti punti vendita: "Forno ferrarese" ad Adria, "Non solo vino" a Lendinara, "Il pane di Loreo" a Loreo, "Al vecchio forno Callegari" a Donzella di Porto Tolle, "Gastronomia f.lli Piva" a Rovigo.

Usi

Il pan biscotto viene consumato solitamente inzuppato nel caffelatte o nelle zuppe, ma anche per accompagnare gli affettati e i salumi.