

# Pani lievitati e pani azzimi



di OSVALDO FAILLA, GAETANO FORNI

**U**na delle abilità di un etnoarcheologo – colui che alla ricerca archeologica affianca lo studio delle culture contemporanee – sta nell'individuare nell'ambito delle tecniche tradizionali tuttora in uso in alcune regioni, che siano appartate e particolarmente conservative, quei filoni arcaici che ci permettono di risalire sino alle pratiche originarie; nel nostro caso all'utilizzo dei cereali. Tra gli Autori dotati di questa abilità ricordiamo un acuto studioso delle tradizioni rurali del Vicino Oriente, Shmuel Avitsur (Baku, Azerbaijan, 1908 - Tel Aviv, Israele, 1997), ebreo di famiglia lituana che, dopo il confino in Siberia negli anni Venti, nel 1931 si trasferì in Palestina e si laureò in Antropologia all'Università ebraica di Gerusalemme.

## LE SPIGHE DEL FRUMENTO SELVATICO

Nel corso della sua lunga e prolifica attività scientifica Avitsur ha dato importanti contributi alla conoscenza dello sviluppo tecnico delle civiltà mediorientali del passato e, tra le altre cose, notò come nell'agricoltura tradizionale palestinese si separassero le spighe ancora a maturità latteo-cerosa (*aviv*) da quelle quasi mature (*carmel*) e da quelle pienamente mature.

Dalle prime si estraevano morbidi chicchi con la semplice pressione delle dita che si mangiavano tali e quali, ma è chiaro che il loro valore nutritivo era limitato. Le spighe *carmel* venivano invece previamente bruciacchiate spargendole sopra un falò fatto con gli sterpi, spesso direttamente sul campo. Con lo sfregamento tra le mani le cariossidi si liberavano dalle ceneri di glume e glumelle ed erano pronte per il pasto.

Praticamente impossibile era invece il trattamento con il fuoco delle spighe pienamente mature, perché con il frumento selvatico non si può attendere per la raccolta la maturità completa in quanto in tale stadio basta il più piccolo urto per farle «disarticolare» cioè autofrantumare, facendole cadere a terra disperdendo le cariossidi.

*Lievitato oppure no, il pane è forse il cibo più antico della storia umana. I modi in cui avveniva la sua preparazione affondano spesso la loro origine nei riti religiosi*

## IL RUOLO DEL FUOCO

Nel Vicino Oriente i cereali spontanei venivano utilizzati sia nel Paleolitico (fino a 15.000 anni fa) sia nel Mesolitico (15.000 - 10.000 anni fa), con persistenze successive e documentate nella tradizione locale.

A fine primavera, al minimo soffio di vento, le prime spighe mature si disarticolavano, cioè si disintegravano, e le spighe, penetrando nel terreno, assicuravano la riproduzione per l'anno successivo. I frequenti incendi, scoppiati spontaneamente o appiccati in modo volontario, se sopravvenivano quando ai culmi rinsecchiti delle piante che già avevano perso le spighe si aggiungeva la grande massa delle rimanenti piante di frumento prossime al disseccamento, lasciavano sul terreno indenni e abbrustolite un buon numero di spighe, quelle immature. Queste potevano essere raccolte per mangiarne il contenuto dopo averle sfregate tra le mani.

**Il fuoco degli incendi aveva diverse conseguenze:** eliminava le erbe concorrenti, ma permetteva la disseminazione dei cereali utili; sostituiva la mietitura, perché bastava raccogliere dal suolo le spighe abbrustolite appena prima che si disarticolassero; frantumava le glumelle ricoprenti le cariossidi e le rendeva più digeribili.



Boscaglia, in Turchia orientale, con un substrato erboso costituito da frumento selvatico (*Triticum boeoticum*) a maturità

## I CEREALI NELLA BIBBIA E NEI RITI RELIGIOSI

Avitsur si riferisce in modo particolare alle usanze della Palestina, ma le sue analisi riguardano pratiche diffuse in tutto il Vicino Oriente, l'area di origine dei cereali e dove questi ancora oggi crescono spontanei. In questa prospettiva si capisce il significato delle antichissime tradizioni che ci sono state trasmesse dagli episodi e dai riti documentati nella Bibbia o nelle religioni classiche. Nel Libro di Ruth (2, 2-14), i mietitori pranzano in modo simile a quello descritto da Avitsur. Nel Levitico (2, 14), il rito d'offerta delle primizie prescrive l'impiego di spighe ancora verdi abbrustolite.

Dobbiamo ricordare che i riti religiosi conservano e tramandano pratiche arcaiche e l'utilizzo di spighe ancora un po' verdi risale evidentemente proprio al tempo in cui le specie di frumento selvatico o coltivato possedevano spighe che si autofrantumavano a maturazione e quindi occorreva raccogliere in precedenza, quando ancora erano un po' acerbe. Il loro uso nei riti non va quindi interpretato, come solitamente si fa, in relazione al significato di «primizia» (in quanto le primizie, di per sé, sono frutti già maturi), ma perché quelle piante si dovevano raccogliere acerbe per necessità.

La tradizione della raccolta di spighe ancora immature non è comunque localizzata solo nel Vicino Oriente, ma si è diffusa anche in Occidente. A questo proposito il grammatico e storico latino Servio Mario Onorato documenta usi analoghi a quelli orientali anche negli antichi riti religiosi romani praticati dalle vestali. Pure nella

*confarreatio*, il rito con il quale si celebrava il matrimonio romano arcaico, si spartiva fra i nubendi la *mola salsa*, focaccia di farro – da cui il rito prende il nome – che era a base di farina prodotta con cariossidi di farro ancora immature e sale.

## IL MIRACOLO DELLA LIEVITAZIONE

Il pane, come oggi lo si intende, può essere lievitato o azzimo (dal greco  $\alpha$  = senza, *zyme* = lievito). La base di partenza è una miscela di farina, acqua ed eventualmente sale. La farina si ottiene con la macinazione delle cariossidi dei cereali, costituite in prevalenza da amido e l'impasto può essere lasciato lievitare o meno. La lievitazione della pasta da pane è la conseguenza dell'attività fermentativa dei lieviti (funghi unicellulari) che convertono gli zuccheri semplici in alcool (che evaporerà durante la cottura del pane) e anidride carbonica in forma gassosa, la quale è responsabile del rigonfiamento dell'impasto. Gli impasti di farina e acqua contengono piccole quantità – circa lo 0,5% – di zuccheri semplici, sufficienti però ad avviare la fermentazione.

La fermentazione è quindi preceduta dall'azione delle amilasi della farina che convertono l'amido (zucchero complesso) in maltosio, zucchero semplice utilizzabile dai lieviti. Se l'impasto viene invece cotto subito, i lieviti non hanno il tempo di sviluppare il processo fermentativo e si ottiene il pane azzimo.



Il ciclo della lavorazione del pane in un bassorilievo sulla tomba del fornaio Eurisace, sulla via Casilina a Roma, che risale alla fine della Repubblica: in esso sono rappresentati (in successione): la pulitura del grano, la molitura, l'impasto, prima a mano poi con la gramola, la formazione dei pani, la cottura, la pesata, la consegna



## QUANDO IL PANE VENIVA «RACCOLTO»

Le genti del Mediterraneo orientale, fino a 15-12.000 anni fa (primo Mesolitico), con parziali persistenze anche in epoche successive, non mietevano le spighe, ma **raccoglievano da terra direttamente, quasi come funghi, il «pane»** in quanto, in sostanza, tali erano le spighe abbrustolite. Solo nel tardo Mesolitico, circa 12-10.000 anni fa, con il diffondersi della pratica della mietitura – testimoniata dalla straordinaria abbondanza di reperti di denti di selce di falchetti e la connessa diffusione di pestelli e macinelli – sono comparse forme di utilizzo più intensive dei cereali selvatici prima e domestici poi: quelle imperniate sulla pilatura, ossia sull'eliminazione delle glumelle aderenti (nei grani vestiti), e sulla macinazione. Con l'instaurarsi della mietitura e della macinazione si completò una rivoluzione non solo nella tecnica di raccolta dei cereali, ma anche nel loro utilizzo alimentare. Questo sbocciò nella produzione del pane e della birra.

## LE PAPPE FERMENTATE E COTTE

Un alimento dei neonati e degli infanti ancora privi di dentatura, integrativo dell'allattamento era, come lo è tuttora presso le popolazioni primitive di tutti i continenti, il cibo biascicato, di regola grani masticati e insalivati dalle mamme. Raramente i neonati mangiano tutta la pappa e nelle civiltà preistoriche – come in quelle attuali del Terzo mondo – la pappa che non veniva mangiata subito non era gettata, ma conservata. Poiché la ptialina (l'enzima contenuto nella saliva) scinde l'amido in zuccheri semplici solubili e fermentescibili e l'ambiente (in particolare le spighe, così come i frutti) è pervaso da microrganismi, quali lieviti, batteri lattici e altri agenti della fermentazione, la pappa conservata nel clima subtropicale del Mediterraneo orientale in breve tempo iniziava a fermentare. Cioè la pappa «lievitava», grazie alle bolle di anidride carbonica che si formavano nell'impasto.

Per bloccare la fermentazione e impedire la successiva degradazione (putrefazione) della pappa, il mezzo più istintivo e immediato era la cottura. Questa poteva avere luogo anche prima che venissero inventati i recipienti ceramici, con i quali

è più facile, poiché si poteva cuocere anche negli otri in pelle o di vescica d'animale, in uso dal Paleolitico, inserendo nella pappa pietre roventi. Oppure, più semplicemente, secondo un uso tuttora praticato dai beduini, si poneva della pappa densa o della pasta direttamente sulle braci semispente o sulle pietre roventi.

## CON E SENZA LIEVITO

Così le pappe fermentate, che minacciavano di imputridire, lievitate e cotte, costituirono il primo pane. Pertanto non è vero che il pane azzimo abbia preceduto il pane lievitato, come solitamente si crede, ma è vero l'opposto, in quanto il primo avrebbe richiesto la cottura immediata della pappa insalivata appena prodotta, operazione che non era istintivo compiere. La cottura si compiva invece solo più tardi, come si è visto in caso di necessità, quando era già avvenuta la lievitazione.

È significativo il fatto che presso gli antichi Israeliti – ma anche presso altre civiltà primitive e antiche – la fermentazione venisse interpretata come segno di alterazione, da cui l'obbligo durante alcuni riti religiosi di consumare pane azzimo. Esiste inoltre un'importante e vasta documentazione circa l'uso molto diffuso tra le popolazioni protoagricole (quelle in cui non era ancora

stato introdotto l'uso dell'aratro) di tutti i continenti – Eurasia, Africa, America, Oceania – di produrre anche bevande fermentate, come la birra, con cereali masticati e quindi insalivati, cui si è aggiunta un'abbondante quantità di acqua. Si tratta di bevande alcoliche, in quanto i lieviti in questo caso trasformano gli zuccheri in alcol e anidride carbonica. Quindi tanto il pane quanto la birra discendono dai grani masticati e insalivati e di questo vi parleremo presto.



Una macina primitiva (sopra) e un antico forno di argilla esposti al Museo Lombardo di Storia dell'Agricoltura

**Osvaldo Failla,  
Gaetano Forni**  
*Museo Lombardo di Storia  
dell'Agricoltura, Facoltà  
di Agraria, Università  
degli Studi di Milano*