



MUSEOLOGIA AGRARIA:  
PER NON DIMENTICARE LE INNOVAZIONI DEL PASSATO  
*a cura di Osvaldo Failla*

## ALLE ORIGINI DELLA CULTURA DEL PANE

**N**el numero precedente della rivista (Failla, 2025) ho tentato di tracciare le origini dell'alimentazione a base di cereali, partendo dai dati archeologici del tardo Mesolitico europeo, per giungere alle testimonianze archeologiche ed etnografiche dei primigeni metodi di raccolta, trebbiatura, decorticazione e utilizzazione alimentare dei cereali selvatici e proto-domestici.

In questa seconda nota cercherò di proseguire la narrazione per giungere all'affermazione del pane, nel Vicino Oriente, nel Caucaso meridionale e nel Bacino del Mediterraneo, come alimento culturalmente, prima ancora che energeticamente e nutrizionalmente, centrale della dieta, come efficacemente sottolineato nella preghiera cristiana del Padre Nostro, con l'invocazione “*dacci oggi il nostro pane quotidiano*” (Archetti, 2015; Forni, 2017).

### Il pane: definizione normativa ed etnografica

Sebbene la legislazione italiana definisca il pane comune come il “prodotto ottenuto dalla cottura totale o parziale di una pasta convenientemente lievitata, preparata con sfarinati di grano,

acqua e lievito, con o senza aggiunta di sale comune” (Titolo III – Art. 14 della Legge n. 580/1967), per millenni l'unico tipo di pane conosciuto e prodotto fu quello azzimo, privo cioè del processo di lievitazione, che non veniva avviato nell'impasto di acqua e farina.

Inoltre, le ricerche archeologiche ed etnografiche mettono in evidenza come nella realtà dei fatti il concetto di “pane” debba essere ampliato, non solo includendo il pane azzimo. Infatti, gli impasti utilizzati per la produzione di pane erano, e lo sono tuttora nei pani speciali, spesso arricchiti con altri ingredienti, oltre agli sfarinati di grano. Pertanto, è più utile adottare una definizione di pane più ampia come quella proposta dall’archeologo tedesco Andreas Heiss (2015): “Il pane è un alimento trasformato ottenuto da farina di cereali e acqua, che può contenere facoltativamente ingredienti tra i più diversi, come sale, prodotti lattiero-caseari (latte, panna), sangue, oli vegetali o semi oleosi (lino, sesamo, papavero), frutta (datteri, fichi), farine di legumi (lenticchie, piselli), condimenti aromatici (cumino, coriandolo) e praticamente qualsiasi altra sostanza liquida o riducibile in polvere<sup>1</sup> (ad esempio, ghiande o persino la parte interna della corteccia dei pini). L’impasto può essere cotto o essiccato direttamente, dando origine al pane azzimo, oppure prima fermentato con lievito, pasta madre o una combinazione di entrambi, dando così origine al pane lievitato”.

## Il primo pane

Le più recenti scoperte archeologiche hanno permesso di datare le tracce più antiche della produzione di pane azzimo alla metà del XIII millennio a.C. (circa 14.400 anni fa), in un sito attribuito alla cultura natufiana situato nel nord-est dell’attuale Giordania (Arranz-Otaegui et al., 2018). Questa cultura, fiorita nel Levante durante il tardo Mesolitico (12.500 - 10.200 a.C.), si sostentava principalmente attraverso la caccia alla gazzella e la raccolta di piante selvatiche, in particolare cereali, ma anche legumi, mandorle, ghiande e pistacchi.

Il primo pane, dunque, nacque in un contesto pre-agricolo, ben prima dell’inizio della coltivazione

sistematica dei cereali. Nello specifico, il cereale selvatico utilizzato era il *Triticum boeoticum* Boiss. (sin. *Triticum monococcum* L. subsp. *aegilopoides* (Link) Thell.), ovvero il frumento monococco, o piccolo farro, selvatico. Nell’impasto dei residui di pane rinvenuti sono stati però anche identificati frammenti macinati di tuberi di *Lisca glauca* (*Bolboschoenus glaucus* (Lam.) S.G.Sm.). Si tratta di una Ciperacea diffusa nelle aree paludose dall’Europa Meridionale al Caucaso e all’Asia Minore, i cui semi e tuberi erano utilizzati nell’alimentazione delle popolazioni mesolitiche e neolitiche del Levante (Arranz-Otaegui et al., 2023).

La rarità dei ritrovamenti di frammenti di pane nei siti natufiani, rispetto a quelli più frequenti di cariossidi intere o spezzate, fa peraltro ritenere che la produzione di pane fosse molto ridotta e forse limitata ad occasioni speciali quali la celebrazione di riti religiosi o la preparazione di scorte alimentari facilmente conservabili prima di lunghi spostamenti.

La panificazione è infatti una pratica molto impegnativa e con le tecnologie natufiane lo era ancora di più. I cereali selvatici, nonché quelli protodomestici, a cariosside vestita, prima ancora della macinazione richiedevano la decorticazione, realizzata con mortai in pietra e pestelli in legno duro. A questa seguiva la macinazione fine delle cariossidi, con macine in pietra, e la successiva setacciatura dello sfarinato con vagli in fibra vegetale intrecciata. Nonostante la primitività delle attrezzi, gli archeologi hanno potuto constatare come, dall’analisi strutturale dei residui di pane, si potesse evincere come la farina fosse stata “meticolosamente macinata e accuratamente setacciata”.

A partire dal VIII millennio a.C. (Fuller e Stevens, 2019), l’avvento dei frumenti e cariosside nuda, che non richiedono la decorticazione, semplificò

<sup>1</sup>In realtà gli ingredienti aggiunti non necessariamente devono essere ridotti in polvere, come ad esempio negli odierni pani con le noci e con le olive (NdA).



Figura 1 – Lama di selce, usurata per la mietitura dei cereali, risalente al Neolitico Antico Padano (VI-V millennio a.C.). Reperto ritrovato nel sito archeologico di Isorella (Brescia) datato tra 4800 a.C. e il 4600 a.C. esposto presso il Museo Archeologico di Remedello (Brescia).



Figura 2 – Modello di macina neolitica esposta nella Sala zero del Museo di Storia dell'Agricoltura. Il museo ha la sede espositiva presso il Castello Bolognini di Sant'Angelo Lodigiano: [www.mulsa.it](http://www.mulsa.it)

molto il processo di molitura, anche se i frumenti vestiti nonché l'orzo, anch'esso a chicco vestito, continuarono a lungo ad essere importanti per l'alimentazione umana.

### Più semplice della panificazione

La complessità del processo di panificazione avrebbe per millenni limitato la produzione e il consumo di pane alle mense delle classi privilegiate e alle occasioni speciali, a favore del consumo popolare e quotidiano di farinate, focacce e zuppe. Dalle cariossidi, dapprima abbrustolite, tostate o inumidite per essere poi più facilmente decorticcate, e quindi eventualmente grossolanamente spezzate o sfarinate, si ottenevano, previo ammollo in acqua, "impasti di cereali", base di partenza per zuppe, farinate e focacce, in relazione alla quantità di acqua aggiunta e al metodo di eventuale cottura. Agli impasti potevano ag-

giungersi altri ingredienti di origine vegetale o animale. Il primitivo consumo quotidiano di cereali non era dunque basato sulla panificazione bensì sulla preparazione di zuppe, farinate e focacce, tradizioni culinarie che si sono a lungo mantenute e in parte persistono attualmente.

Esempi di preparazioni a base di impasti di cereali della cucina antica rituale e popolare e di quella tradizionale che documentano questa tipologia di impasti sono la *maza* e il *ciceone* greci; la *mola salsa*, il *libum* e la *puls* dei Latini, il *bulgur* e il *trachanas* dell'Europa sud-orientale e del Vicino Oriente, la *cuccia* siciliana e la *pastiera* napoletana.

Di particolare interesse per lo studio delle origini dell'utilizzazione alimentare dei cereali sono la *mola salsa* (focaccia di farro immaturo), il *libum* (focaccia non lievitata) e il *ciceone* (bebanda a ba-

se di acqua e farina d'orzo). Si tratta di preparazioni culinarie che nell'età classica erano già divenute rituali così come il pane azzimo lo è diventato nella celebrazione dell'Eucarestia nella Messa cristiana e della *Pa-squa* ebraica.

La *maza* (base per zuppe e focacce) e la *puls* (zuppa), il *bulgur* (frumento precotto) e il *trachanas* (frumento precotto e fermentato) dell'Europa sud-orientale e del Vicino Oriente fanno invece ancora parte dei ricettari della cucina tradizionale. La *cuccia* e la *pastiera* ritengo siano esempi di impasti di cereali che hanno sublimato primigenie focacce in dolci raffinati.

### Il forno e la Cultura del pane

Le sempre più sofisticate tecniche di analisi dei materiali organici, stanno consentendo alla ricerca archeologica notevoli progressi nella ricostruzione delle origini del-



Figura 3 - Frammento di pane e spiga di frumento carbonizzati provenienti da siti palafitticoli gardesani (Bronzo Antico, 2200-1600 a.C. circa) esposti al Museo archeologico di Remedello, Brescia (Collezione Carlotti).



**Figura 4** - Riproduzione a grandezza naturale di un forno protostorico rinvenuto nell'insediamento protourbano della tarda Età del Bronzo (9<sup>o</sup>-11<sup>o</sup> secolo a.C.) presso il sito archeologico delle Sorgenti della Nova (Farnese, Viterbo) esposto presso il Museo di Storia dell'Agricoltura.

la Cultura del pane (González Carretero, 2017; Valamoti et al., 2019). La ricerca e l'analisi dei residui di pane assume grande significato soprattutto nelle fasi originarie, quando la cottura del pane era realizzata su pietre roventi o sulle braci. A partire dalla fine del Medio Neolitico preceramico (metà del VII millennio a.C.) compaiono resti archeologici di forni a volta nell'area anatolica e nord-mesopotamica (Fuller e Carretero, 2018). Da quell'area i forni si diffusero rapidamente verso l'Europa sud orientale.

L'invenzione del forno, prima di quella della ceramica, rappresenterebbe il fatto cruciale dell'affermazione della Cultura del pane rispetto ad una basata, pur sempre sui cereali, ma cotti mediante bollitura o stufatura in contenitori di ceramica, come avvenne invece in Estremo Oriente e

nell'Africa subsahariana, ove la ceramica precedette la nascita dell'agricoltura.

Seppure con l'introduzione della ceramica, anche nel Vicino Oriente e nel Mediterraneo, le zuppe divennero e rimasero per millenni la forma prevalente del consumo quotidiano e popolare dei cereali, il pane non perse la sua centralità culturale.

### Finalmente il pane lievitato

Sebbene non sia semplice individuare l'area culturale e l'epoca durante la quale si sviluppò la tecnologia della produzione del pane lievitato, le evidenze archeologiche le collocano più verosimilmente in area Mesopotamica all'inizio del V millennio a.C. (Fuller e Carretero, 2018), ove, nel millennio successivo, in ambito elitario, vi fu l'aff-

fermazione di “rituali basati su prodotti agricoli fermentati (birra, vino, pane)”, forse introdotti dall’area sud-caucasica (Wilkinson, 2014).

La lievitazione è un processo spontaneo innescato dalla produzione di zuccheri semplici, da parte delle amilasi presenti nelle cariossidi (specificatamente nello strato di aleurone e nell’embrione) che vengono attivate dal processo di macinazione e di impasto con l’acqua. Batteri lattici e lieviti, che inevitabilmente contaminano l’impasto, possono così attivarsi metabolizzando gli zuccheri semplici e producendo quindi acido lattico, alcol e anidride carbonica. Quest’ultima viene intrappolata nel complesso proteico elastico del glutine, gonfiando la pasta. La fermentazione, oltre migliorare l’appetibilità del pane ha un importante effetto sul suo valore alimentare, consentendo la parziale degradazione dei fitati da parte degli enzimi dei lieviti e aumentando così la disponibilità di minerali come ferro, calcio e zinco, altrimenti complessati dall’acido fitico.

È importante ricordare che, affinché il processo di lievitazione sia pienamente valorizzato, le cariossidi non devono essere trattate termicamente prima della macinazione, poiché il trattamento ridurrebbe l’elasticità del glutine. I grani vestiti, che venivano abbrustoliti per essere più facilmente decorticati, non si prestavano pertanto alla produzione di pani ben lievitati. Inoltre, affinché la fermentazione lattica e alcolica consenta l’effettiva “lievitazione” delle pagnotte, è necessaria la cottura al forno, che permette il rag-

giungimento delle temperature adeguate all’espansione dell’anidride carbonica intrappolata nel glutine.

Secondo Ann-Marie Hansson (1994), le condizioni per sviluppare pienamente la tecnologia di produzione del pane lievitato si realizzarono soprattutto in Egitto, dalla fine del IV millennio a.C., grazie alla diffusione della coltivazione del grano tenero a seme nudo. In Mesopotamia, invece, la salinizzazione dei suoli ostacolava la coltivazione del frumento e favoriva quella dell’orzo. Peraltro, in Europa le più antiche attestazioni di pane lievitato risalgono all’inizio del IV millennio a.C. (Heiss, 2015).

### Conclusione

Con questa seconda nota concludiamo il lungo percorso delle popolazioni del Vicino Oriente dall’utilizzo dei cereali selvatici alla produzione di pane lievitato. Si trattò di un’evoluzione graduale, frutto di innovazioni tecniche e cambiamenti nelle abitudini alimentari. Nel corso dei millenni, il pane si affermò come alimento quotidiano e al tempo stesso come elemento distintivo delle diverse culture, ben oltre l’areale nel quale fu sviluppato, mantenendo fino ad oggi un significato che valica il semplice apporto nutrizionale.

**Osvaldo Failla**



[Consulta la bibliografia](#)

Inquadra il codice QR