

Qucina Pane..pancotto..pappa al pomodoro

Author : Josie

Date : 4 dicembre 2014



Carissime e carissimi,

all'inizio della stagione autunnale vi ho deliziato dell'articolo delle minestre e zuppe..ora aspettando l'inverno voglio parlarvi del pancotto e della pappa al pomodoro ma prima curiosiamo un po' sul pane.

Le origini del pane risalgono già da tempi della Preistoria quando gli uomini primitivi frantumavano i cereali e con il prodotto ottenuto veniva mescolata con acqua per preparare una pappa cruda molto nutriente. Il composto poi veniva cotta su una pietra rovente e ne usciva così una focaccia croccante senza lievito.

Successivamente in Egitto crescevano diverse qualità di cereali, nelle famiglie ricche le serve avevano il compito di macinare i chicchi di cereali e di impastarli con acqua e infine cucinare le pagnotte nei forni.

In seguito ai forni in pietra si preferì l'utilizzo di vasi in creta che venivano riscaldati col fuoco, poi si eliminava la cenere e si introducevano le pagnotte e l'imboccatura del vaso veniva chiusa con una grossa pietra, favorendo una lenta ed uniforme cottura del pane.

Una volta una serva fece involontariamente cadere della birra nell'impasto del pane, ma non disse nulla per paura di essere sgridata, il pane che se ne ricavò era molto più saporito e soffice era stato scoperto il lievito di birra.

Successivamente alla scoperta della lievitazione i forni furono modificati e realizzati con due camere, in quella inferiore ardeva il fuoco e in quella superiore veniva posto il pane, restando così separato dai prodotti della combustione.

Quanti tipi di pane conosciamo? Allora abbiamo il pane toscano, il pane cafone napoletano, le baguette, il pane carasau, il pane siciliano con sesamo, i *brazadèi* etc. Oltre ad avere forme diverse come la treccia, la ciabatta, la tartaruga, la rosetta posso avere degli ingredienti e condimenti diversi.

I cereali utilizzati sono frumento, avena, riso, miglio, kamut, farro, orzo, grano saraceno, mais.

Nel mondo il pane con o senza lievito è sempre stato un alimento molto importante a tal punto da simboleggiare per alcune popolazioni. Prendiamo in esempio lo *Shallah* detto anche pane del sabato. Esso è un pane di origine

ebraica, molto nutriente che veniva di solito servito in occasione del giorno dello Shabbat o di altre festività ed è simbolo della manna che il popolo ebraico ricevette durante la fuga dell'Egitto. Sul pane ci sarebbe da dire ancora tanto ma ce lo riserviamo per un'altra puntata..ora andiamo a cucinare.

Le ricette di oggi sono di una antica e semplice preparazione, fatta con ingredienti di riciclo. Un piatto di origini contadine, può essere consumato freddo nel caso della panzanella o calda come una zuppa.

Procedimento per la pappa al pomodoro:

Mettete in un tegame dell'olio e fate rosolare un trito di aglio e scalogno. Aggiungete i pelati tagliati a pezzi, la mentuccia, un bicchiere d'acqua, salate e pepate e fate cuocere per circa 15 minuti. Quando prende bollore unite il pane tagliato a fette sottili, mescolate e continuate la cottura ancora per 5 minuti. A questo punto togliete il tegame dal fuoco e tenetelo coperto per circa un'ora. Prima di servire la pappa al pomodoro mescolate con cura in modo da sbriciolare bene il pane. Potete servire la vostra pappa calda, tiepida, con un filo d'olio.



Procedimento Pancotto filante:

Nelle ciotole di terracotta spezzettate il pane raffermo, aggiungetevi il brodo vegetale e ponetevi la mozzarella a fette. Quando il pane sarà abbastanza imbevuto unire il parmigiano, origano e un filo d'olio.

A questo punto infornate a 180° C per circa 15/20 minuti.

Attenti che scotta!!!

Questo è tutto per oggi, ci vediamo alla prossima con una ricetta natalizia...

J.