

Lievito naturale “la madre”

Tutto è iniziato dalle **sorelle Simili**, che al mio caro amico Stefano hanno insegnato mille segreti e ricette sulla panificazione. Stefano, il mio guru del pane, che ha un blog www.glutine.com, ha poi deciso di condividere, qualche anno fa, a suon di pomeriggi lievitanti nella trattoria della nostra amica Stefania, quello che aveva imparato dalle 2 simpatiche signore bolognesi.

Inizia così la scoperta di un piacere speciale.

Quello di fare il pane.

Che se uno ci pensa a mente fredda, non capisce perché faticare per un prodotto che trovi ovunque e sicuramente a un prezzo contenuto!

Qualche anno fa ho letto un libro leggero e piacevole: **“Solo pane” di Judi Hendricks**, Ed. Salani. Un romanzo nel quale una donna ritrova gioia di vivere nel panificare. Che si entusiasma nel veder crescere il “suo” impasto di acqua e farina. Tra le pagine si legge: “Il pane si fa da solo, con la vostra dolcezza, il vostro aiuto, l’immaginazione che scorre attraverso le vostre mani; l’arte di fare il pane siete voi...”. Poi: “I due filoni hanno profumato tutta la casa già prima di uscire dal forno. Li metto a raffreddare, come farebbe una scultrice con i suoi nuovi lavori”.

Sì perché l’aroma, che si sprigiona nella vostra casa quando fate il pane, mette allegria.

Ci sono molti libri di ricette e consigli su come fare il pane col lievito naturale. Non è facile. Ci vuole pazienza, costanza, e amore. Vi consiglio un bel libro di un’altra donna appassionata: **“Facciamo il pane” Annalisa De Luca** Ed. Terra Nuova, che scrive: “Trovare il proprio modo di fare il pane può essere parte di un percorso di autonomia che vi potrà portare ad apprezzare le straordinarie capacità intuitive e manuali nascoste in ognuno di noi.

Oppure bisogna avere la fortuna di incontrare sulla propria strada, qualcuno che ti offre un preziosissimo pezzo di lievito madre da un “ceppo” che da oltre 50 anni (!) viene passato di mano in mano. A me è capitato. Ovviamente l’ho già passato ad altre donne, e anche a un uomo, ovviamente un grande uomo!

Il lievito madre oltre a generare sempre un atteggiamento quasi mistico in chi lo riceve, è simbolo di grande condivisione, di desiderio di mantenere le tradizioni. Come dice **Marino Niola** nel suo libro **“Si fa presto a dire cotto”** Ed. il Mulino, “Sono numerosissime le fiabe e le leggende europee che raccontano l’acquisizione umana del lievito, considerato alla stregua di una sostanza sacra dagli effetti prodigiosi per il suo misterioso potere di rendere morbido e gonfio l’impasto del pane.” Continua dicendo che è utile all’apertura all’Altro, a mantenere la comunicazione e la solidarietà sociale. E ancora: “... il lievito è esso stesso un simbolo e un fattore di coesione poiché in molte comunità, era un bene comune che passava di mano in mano per essere utilizzato a turno, proprio come accadeva per il forno del paese.” Di recente sono, finalmente, riuscita a fare un bel viaggio alle meravigliose Isole Eolie. Ad Alicudi, la più lontana, selvaggia e “genuina”, ho avuto il piacere di conoscere Marinello, un ospite eccezionale, che ha mantenuto forte il legame con la tradizione, la terra e il mare. Marinello mi raccontava di quando era piccolino e tutte

le donne dell'isola facevano il pane, col lievito naturale, arrivavano a farne 60 kg alla volta. E se il mare era stato generoso con la pesca del giorno, mettevano dei totani dentro al pane, e poi nel forno. Quando sfornavano, tagliavano e condividevano quelle splendide fette di pane "farcito".

Penso che "fare il pane" è un'esperienza ogni volta nuova, sia per le potenzialità di sperimentare farine, semi, oli, spezie ma anche forme ogni volta diverse, sia per l'effetto di trascendenza che l'azione del cucinare, in genere, dona a chi la fa, sia per la gioia di condividere con le persone che ami, con gli amici, ma anche con occasionali commensali, il prodotto delle tue mani. Puoi scegliere materie prime biologiche, e meglio ancora se c'è un mulino non lontano. La farina deve essere sempre molto fresca! Olio di oliva della nostra penisola, sale di Sicilia, meglio se integrale... e poi quel magico malloppo di pasta che ogni volta che rinfresco bacio. Semplice, potente e naturale.

Silla Guerrini