



Qui Lombardia

Pagina a cura di Graziano Monetti



Emergono consensi e plauso per l'iniziativa

Un lodevole impegno dei panificatori: ridurre il sale

I panificatori hanno preso sul serio il loro impegno sociale di contribuire – nel loro ambito produttivo – alla salvaguardia della salute e hanno immediatamente attuato l'invito del Ministero ad abbassare i quantitativi di sale nel pane.

Questo, in Lombardia e almeno per ora, sta avvenendo a titolo sperimentale da parte di circa 200 panifici coordinati dalle Aspan provinciali a seguito di accordo tra l'Unione regionale URPL e Regione, ma può e deve diventare un obiettivo condiviso da tutti i panificatori.

Sarebbe un bellissimo e meritevole risultato riuscire a contribuire a ridurre nella popolazione la pressione arteriosa che è una delle principali cause di insorgenza di gravi malattie. Infatti

le conseguenze dell'ipertensione provocano varie forme di cardiopatia.

L'Unione Regionale Lombarda e la Federazione Nazionale FIPPA stanno opportunamente e meritoriamente richiamando l'attenzione sul tema e sensibilizzando i fornai a ridurre il sale nel pane, essendo proprio il sale uno dei maggiori artefici di ipertensione.

Se si considera che l'assunzione del sale nell'organismo avviene principalmente tramite l'alimentazione, si capisce l'importanza che riveste una dieta che ne abbia i giusti valori: 5 grammi al giorno, secondo le raccomandazioni dell'Organizzazione mondiale della Sanità.

Del resto è provato che nei paesi dove è bassa l'assunzione di sale, è bassa anche la pressione ar-

teriosa della popolazione. I panificatori devono accogliere questa raccomandazione ministeriale con responsabilità ed in tal senso sono ampiamente facilitati dall'iniziativa denominata "Con meno sale nel pane c'è più gusto e... guadagni in salute", concordata dall'Unione regionale dei fornai lombardi con la Regione, assessorati sanità e commercio. Iniziativa sostenuta con locandine da esporre, sensibilizzazione promozionale dei mass-media e tabelle di facile applicazione della riduzione dell'1,8 – 1,7% predisposte dall'URPL. Un'iniziativa sociale, dunque, che – se intelligentemente attuata – può contemporaneamente diventare anche un'importante operazione di marketing produttivo-commerciale.

L'Osservatore Lariano

Concluso il ciclo di incontri

Comunicazione efficace

Si è recentemente concluso il ciclo di incontri organizzato da Aspan Bergamo in collaborazione con Ireks Italiana, dal titolo "Produciamo insieme attraverso una comunicazione efficace", rivolto ai titolari e loro collaboratori e dedicati al tema della comunicazione, elemento di fondamentale importanza per le imprese del settore, in un contesto in cui il panificatore tradizionale deve rinforzare e talvolta ritrovare le

sue identità di artigiano e commerciante di pane e prodotti da forno, conservando la tradizione ma acquisendo al tempo stesso una mentalità contemporanea.

Durante gli incontri, che hanno visto la partecipazione di Dorian Misora esperto in comunicazione e visual merchandising, e di Cinzia Baldo, dietista, sono stati trattati i seguenti argomenti.

I trend di mercato: conoscere e anticipare l'evol-

uzione del gusto e delle modalità di consumo.

Idee per gestire meglio la vendita: come visualizzare i prodotti in vetrina, come esporre i prodotti all'interno, nuove tecniche di display e lay-out, la creazione di "atmosfera" nel punto vendita. Qualità nutrizionale del pane e dei prodotti da forno artigianali: conoscere in modo semplice e adeguato le informazioni per assistere il cliente nella scelta dei prodotti. ■



Ricette tipiche della Brianza lombarda

Paese che vai ... pane che trovi

Seconda parte

Abbiamo pubblicato, sul numero scorso, le tipicità di alcuni tipi di pane lombardi. In particolare di quelli prodotti in

Brianza, cioè quella ampia e ubertosa parte del territorio di Lombardia, spesso decantato per altri meriti, quali ad esempio le sue bellezze naturali, ma assai poco conosciuta per il suo ... pane.

A seguito della prima parte di ricette pubblicate, completiamo l'elenco e la descrizione in questa seconda parte, augurandoci di aver solleticato curiosità e interesse dei nostri lettori.



Pan magher (Pane magro)

- gr. 100 di grana grattugiato
- gr. 100 di pangrattato
- 2 uova intere
- ½ litro scarso di latte
- 10-12 noci sgusciate ma non spelate e tritate fine
- un pizzico di pepe
- 2 cipolline affettate finemente
- 3 cucchiaini di olio abbondanti

Mescolare pane, grana, latte, uova, pepe e noci in modo da ottenere una pastella morbida.

Nella padella di ferro far rosolare le cipolline con l'olio, versarvi l'impasto, rimastare bene tutto insieme e mettere al forno per venti minuti finché tutto abbia preso un bel color d'oro.

L'olio deve essere in quantità sufficiente da affiorare ai bordi dell'impasto prima di mettere il tegame al forno. In caso contrario versare un altro cucchiaino d'olio sulla superficie del tortino prima di metterlo al forno.

È migliore caldo ma si mangia anche freddo.

Pan scigùl (Pane con le cipolle)

Affettare sottilmente le cipolle ed impastare insieme alla pasta già preparata per il pane. Farne delle specie di tortine del diametro di circa cm.15, cospargere anche la superficie di cipolle affettate e cuocere come il pane comune. Appena tolte dal forno sono veramente squisite, e formavano la delizia dei bambini brianzoli di un tempo, che gustavano ben raramente i dolci.

Pan striàa (Pane striato)

- gr.500 di farina bianca
- gr. 500 di farina gialla fina
- 2 cipolle grosse a fettine sottilissime
- gr. 200 di uva (un grosso grappolo)
- gr. 200 di fichi secchi affettati
- gr. 300 di mele affettate
- mezzo litro di latte

Mischiare tutto in un catino di terracotta, lasciar riposare un'oretta, versare in un tegame di rame imburrato alto circa un palmo e far cuocere al forno per 30-40 minuti. Si mangia appena raffreddato.

Gremulitt (Gramolini)

- pasta di pane gr. 500
- farina bianca gr. 500
- olio caldo gr. 100
- zucchero gr. 200
- burro gr. 100
- lievito di birra gr. 20
- 1 bicchiere di latte caldo
- 1 pizzico di sale

Impastare bene, lavorando lungamente come il pane, lasciando lievitare 2 ore e poi dividere la pasta in tanti rotolini della dimensione di un grosso pollice e lunghi 20 cm. Appiattirli leggermente e arrotolarli su se stessi partendo dalle due estremità.

Quando i due rotolini stanno per incontrarsi, se ne torce leggermente uno su se stesso per appoggiarlo sull'altro e si mette sull'asse di legno a lievitare per 20' coperto da un telo come si fa per il pane. Si inforna insieme al pane lasciandolo lievitare circa 20' finché acquista un leggero colore biondo e resta morbidissimo. (Tenere presente che il forno da pane è a 250° e l'ambiente di lievitazione e il retro forno almeno 30°). ■