

# PANE ALIMENTO DI VITA

**“GALLO ROSSO” A SOSTEGNO DELL’ANTICA ARTE DELLA PANIFICAZIONE CONTADINA**



IlViaggiatoreMagazine-Forma  
di pane

## L’importanza del pane nella vita dell’uomo

L’espressione **“tenere a pane e acqua”** è emblematica per riflettere sull’**importanza fondamentale** che il **pane** riveste da sempre nella vita dell’uomo. Il modo di dire infatti, anche se è associato spesso ad una punizione rivolta in passato ai carcerati, rivela come il pane sia l’alimento fondamentale per la sopravvivenza, l’essenziale, ciò che realmente serve per nutrirsi. **E l’essenziale è fatto di farina e acqua.**

Il pane ha **origini antichissime**. Se ne parla nella Bibbia, ma in realtà esistono testimonianze di alcuni resti ritrovati nelle caverne in era preistorica. Di certo non si trattava del pane come lo si conosce oggi, ma piuttosto di una “pastella” composta da acqua e semi frantumati.

Esistono **diverse leggende** legate all’**origine del pane**, due delle quali appartengono al **popolo egizio**, che fu il primo a sperimentare diversi impasti e consistenze. Si narra infatti che il pane nacque un giorno in cui il Nilo, durante un periodo di piena, aveva bagnato dei sacchi di farina, da cui erano nati i primi impasti. L’altra leggenda racconta invece di una schiava egizia che, per far dispetto alla sua padrona, aveva aggiunto alla pasta del pane il residuo della preparazione della birra e questo aveva cominciato a fermentare.



IlViaggiatoreMagazine-Forma  
di pane

## Usanze tramandate da generazioni

L'importanza del pane è celebrata ogni anno con la **Giornata Mondiale del Pane**, che quest'anno si terrà il **16 ottobre**. Per molti **contadini altoatesini** la **panificazione**, cioè il momento in cui si dedicano alla preparazione dell'impasto e alla sua successiva cottura, è un procedimento che svolgono con assoluta facilità. Tutto questo fa parte di una delle **tante usanze che in Alto Adige vengono tramandate da generazioni**. I contadini per l'impasto dosano le quantità che hanno imparato dai genitori o dai nonni, utilizzando i **semplici ingredienti** a disposizione nel maso come l'**acqua**, la **farina** (di vari cereali) che spesso viene macinata nel mulino di proprietà, il **lievito** e diversi **semi e spezie**.

## L'importanza del forno a legna

La cottura dell'impasto avviene quasi sempre nel **forno a legna**, che conferisce al pane una fragranza e una bontà uniche.

Il ritorno alle origini anche attraverso questa pratica è molto apprezzato, anche perché non vengono utilizzati agenti chimici e macchinari che semplificano il lavoro, ma sminuiscono la bontà, la genuinità e l'autenticità del pane che deve mantenere tutte le sue proprietà.



IlViaggiatoreMagazine-Farine  
per la panificazione

# La semplicità è il segreto della bontà

I contadini per l'impasto dosano le quantità che hanno imparato dai genitori o dai nonni, utilizzando i **semplici ingredienti** a disposizione nel maso come l'**acqua**, la **farina** (di vari cereali) che spesso viene macinata nel mulino di proprietà, il **lievito** e diversi **semi** e **spezie**. La cottura dell'impasto avviene quasi sempre nel **forno a legna**, che conferisce al pane una fragranza e una bontà uniche.

Il ritorno alle origini anche attraverso questa pratica è molto apprezzato, anche perché non vengono utilizzati agenti chimici e macchinari che semplificano il lavoro, ma sminuiscono la bontà, la genuinità e l'autenticità del pane che deve mantenere tutte le sue proprietà.

## Come preparare insieme il pane

Alcuni masi **["Gallo Rosso"](#)** offrono ai propri ospiti la possibilità di provare l'esperienza di **preparare insieme il pane casereccio**, come il **[Botenhof](#)** in Val Sarentino, il **[Thalhofer Hof](#)** a Chiusa e il **[Redenhof](#)** a Selva dei Molini; mentre altri masi hanno il loro pane tra i **[prodotti di qualità](#)** a marchio **Gallo Rosso**, acquistabile nei mercati, in diversi punti vendita oltre che nella bottega stessa dei masi.



IlViaggiatoreMagazine-Forme  
di pane in cottura

## Come trovare i punti vendita a

# marchio Gallo Rosso

Per conoscere i punti vendita di pane casereccio contadino a marchio **Gallo Rosso** è possibile consultare il catalogo [“Sapori del maso” online](#), oppure richiederne gratuitamente una copia cartacea al numero **0471/999308**, all’indirizzo [info@gallorosso.it](mailto:info@gallorosso.it), o attraverso il “Servizio di invio catalogo” sul sito [www.gallorosso.it](http://www.gallorosso.it).

Per provare invece direttamente l’esperienza di soggiornare in un maso in cui si impara a preparare il pane fatto in casa, basta selezionare, alla voce [“Ricerca agriturismo”](#) del sito di Gallo Rosso, l’opzione **“preparare il pane”** all’interno del titolo “Altri criteri di ricerca per prestazioni”.

***Gallo Rosso** è il nome del marchio che dal 1999 promuove e favorisce l’attività di oltre 1.600 agriturismi in Alto Adige e che appartiene all’Unione Agricoltori e Coltivatori Diretti Sudtirolesi (Südtiroler Bauernbund). La classificazione dei masi che offrono alloggio (Agriturismo in Alto Adige) è organizzata in fiori, da 1 a 5; più alto è il numero dei fiori, più numerosi sono i criteri soddisfatti dalla struttura. Inoltre, l’Associazione sostiene il lavoro di oltre 100 masi che si dedicano alla ristorazione contadina (Masi con Gusto), all’artigianato autentico (Artigianato contadino) e alla produzione di prodotti gastronomici genuini (Sapori del maso).*