

Cultura del pane
Corso di panificazione- Parte 1
Sulla qualità del pane

Pane di alta qualità può agire come rimedio, fino ad essere anti-cancerogeno. Attraverso una breve mostra di pane potrete coglierne alcuni aspetti. Vi accompagneranno delle immagini-pensiero che offrono una rappresentazione di ciò che potrebbe essere inteso con il concetto della "qualità del pane".



1° immagine

“Il pane non è un grumo.

*Esso è un organismo che si dilata, omogeneo e vivente,
in cui tutte le particelle sono in un rapporto tra loro.*

*La crosta come parte dura esterna e la parte morbida e soffice interna
formano un insieme armonico.”**

L'espansione è espressione dell'elemento dell'aria che già attraverso i sensi ha un effetto fino nel flusso del respiro ampliandolo e sciogliendolo. L'insieme armonioso dell'esterno e dell'interno produce un effetto calmante.

2° immagine

*“La produzione degli zuccheri
è maggiore alla periferia.*

*La crosta e la parte dinamica interna
sono compenstrate di colore
dall'esterno verso l'interno.”**



Calore e umidità fanno dorare il pane e gli donano un colore attraente. Il colore marrone caldo della crosta lo ritroviamo in modo più chiaro anche nella mollica.

Col colore marrone-luminoso il pane rallegra e attira verso l'esterno i sensi che nelle fasi di esaurimento si ritirano verso l'interno. Il ritirarsi però indebolisce le nostre forze vitali perché

impedisce al singolo delle attività costruttive. Le forze vitali hanno bisogno di uno stimolo adatto dall'esterno attraverso una percezione tranquilla.

Colori e forme nutrono l'uomo e vivacizzano le nostre forze vitali. Dorato irradiano i panini incontro all'uomo. I nervi tesi si calmano – e rigenerano in un rapporto gioioso dei sensi verso l'esterno.

Il panettiere prende i chicchi pieni di sostanza e mediante la sua conoscenza nel panificare e le sue mani esperte li innalza ad una nuova forma vivente. Pochi altri alimenti sperimentano una trasformazione e una dedizione così ampia come il pane.



*citati da Heinz Grill

Autore del libro: "Alimentazione e la forza donatrice dell'uomo"

© Sigrid Königseder

sito internet: alimentazione-salutare.com