

# Antiche varietà per campi, mulini e panifici

Per ottenere un buon pane dal piccolo farro e da antiche varietà di frumento è utile la stretta collaborazione tra contadini e panettieri. Lo dimostrano due esempi in Svizzera romanda.

Dopo aver passato decenni a sonnecchiare nelle banche dei semi le antiche specie e varietà di cereali tornano sui campi. Per meglio valorizzare le antiche specie di cereali come il piccolo farro, la vendita diretta rappresenta la migliore e sovente l'unica possibilità.

Olivier Hofmann è panettiere e pasticciere a Reconvilier BE, un villaggio nella valle di Tavannes e crede fermamente nel grande valore del piccolo farro: «Il piccolo farro è il cereale più antico del mondo e presenta una gamma completa di sostanze nutritive: contiene gli otto amminoacidi più importanti ed è ricco di carotina e di minerali», spiega. Oltre la metà dei suoi prodotti è ottenuto con vecchie varietà di cereali. Sono degne di nota in particolare le famose crostate al formaggio della «Foire de Chaindon». Olivier Hofmann si rammenta: «Nel 2007 ho iniziato ad interessarmi ai cereali locali. Ho chiesto a Tom Gerber, un contadino del villaggio, di coltivare cereali per il mio panificio. Volevo produrre un pane locale. Ben presto ho iniziato a interessarmi al piccolo farro. Non è stato facile reperire la semente e i primi esperimenti sono stati oltremodo difficili.»

Anche il contadino Elie Grosjean di Saules BE nel 2011 ha iniziato a coltivare il piccolo farro per il panettiere Olivier Hofmann. Dal 2014 inoltre coltiva le due vecchie varietà di frumento regionali «Rouge du Jura» e «Jura blanc». I primi pani prodotti con queste varietà saranno ottenibili a partire dal prossimo autunno. «Attualmente sto riproducendo la varietà di frumento «Belprahon», che porta il nome di una località qui nelle vicinanze. È fantastico poter far rivivere questi vecchi cereali panificabili legati al nostro territorio», si rallegra Elie Grosjean, che sta terminando la conversione al biologico della sua azienda.

## Le antiche varietà si sono affermate

«Per la nostra regione poco adatta alla campicoltura le vecchie varietà di cereali sono perfette. Non mi hanno mai interessato le rese massime, ho iniziato a coltivare le antiche varietà di piccolo farro per puro idealismo», sottolinea Elie Grosjean. Sui suoli argillosi e sufficientemente arricchiti con sostanze nutritive grazie all'allevamento di animali, il piccolo farro viene coltivato per ultimo nella rotazione, senza concimazione supplementare. La resistenza all'allettamento del cereale non ne viene pregiudicata. Elie Grosjean inoltre esegue esperimenti varietali con farro e spelta.

Come acquirente dell'intera produzione, Olivier Hofmann è pure interessato alla varietà di frumento «Scaro». «Pur essendo stata cancellata dall'elenco delle varietà consigliate, negli esperimenti di panificazione ho ottenuto dei risultati eccellenti, mi rifornirò direttamente presso i miei produttori e

L'obiettivo primario del contadino Elie Grosjean (sinistra) e del panettiere Olivier Hofmann è produrre un buon pane. Foto: Christian Hirschi



provvederò io stesso a macinare la farina per il mio normale assortimento del panificio», spiega Olivier Hofmann. Dall'anno scorso due altri contadini bio della regione forniscono i cereali al suo panificio.

Quattro anni fa Olivier Hofmann ha acquistato un mulino a pietra Astrié che ha modificato sostanzialmente la trasformazione dei cereali. «Nei mulini industriali i cereali vengono macinati con il sistema dei mulini a cilindri nei quali i chicchi sono decorticati e in seguito passano fino a dodici volte attraverso i cilindri rotanti. Questo procedimento impoverisce la farina, la surriscalda e il passaggio attraverso i tubi soffiatori ne provoca l'ossidazione. Durante questo processo viene eliminato il germe per impedire che la farina durante lo stoccaggio irrancidisca. Le frazioni ottenute dopo i diversi passaggi di macinazione in seguito vengono ricomposte. Queste farine devono essere immagazzinate per almeno tre settimane prima di poter essere utilizzate, inoltre occorre aggiungere glutine, acido ascorbico e altre sostanze per migliorare la qualità», spiega. «Grazie al mio mulino a pietra la farina è fresca, il germe e le proteine sono preservate e la farina non viene riscaldata e ciò garantisce una qualità ottimale», sottolinea Olivier Hofmann. Per la farina bigia chiara viene eliminata la crusca, la farina in seguito viene lavorata immediatamente. La trasformazione rapida conferisce maggior sapore al pane e il contenuto di sale può essere ridotto del 20 per cento, osserva Olivier Hofmann.

### Adeguare la trasformazione alle varietà

Olivier Hofmann con le vecchie varietà di cereali produce solo pochi tipi di pane integrale. «La crusca grazie alle fibre è senz'altro salutare ma inibisce l'assimilazione delle preziose sostanze nutritive», precisa. Per i pani preparati con antiche varietà di cereali utilizza lievito naturale che grazie alla sua composizione, al suo acido e alla fermentazione lenta garantisce un'eccellente assimilazione dei minerali, una miglior decomposizione del glutine e il pane inoltre può essere conservato più a lungo. «Ho fatto numerosi esperimenti con lieviti naturali specifici per diversi tipi di pane e sono molto soddisfatto del risultato – e lo è anche la mia clientela», racconta Olivier Hofmann.

Trasformando antiche varietà di cereali il panettiere ha dovuto adeguare anche il modo di lavorare. In primo luogo si è assunto un rischio per quanto riguarda l'approvvigionamento di cereali, infatti le annate cattive non risparmiano nemmeno queste colture. Inoltre le farine con un basso contenuto di glutine sono più difficili da lavorare. «La lavorazione della pasta richiede molta attenzione, infatti se dura troppo a lungo la pasta stenta a lievitare». A questo proposito l'esperienza del panettiere porta i suoi frutti. «Nella trasformazione industriale è tutto meccanizzato e le materie prime sono standardizzate in modo che non vi siano brutte sorprese», spiega Olivier Hofmann. La vista dei suoi pani soffici di piccolo farro che solitamente si presentano piuttosto compatti sta a dimostrare le competenze artigianali di questo appassionato panettiere.

### 500 kg di pane di vecchie varietà alla settimana

Nell'azienda bio mista a Pomy nel Canton Vaud, rilevata nel 2011 dai genitori di Caroline, Fabien e Caroline Thubert coltivano una ventina di ettari di cereali panificabili fra le quali vi sono numerose antiche varietà di diverse specie. Si tratta per esempio del frumento rosso, liscio, aristato («Rouge de



Fabien Thubert è biocontadino, mugnaio e panettiere.


Gruyère», «Rouge de Marchissy», «Rouge du Roc», «Rouge d'Alsace», «Rouge de Bordeaux»), del farro bianco (Märzdinkel), del grano duro «Nonette de Lausanne», ma anche del piccolo farro e della PuraSpelta. Nella loro azienda producono artigianalmente circa 500 chili di pane a lievitazione naturale. La coppia vodese dispone dell'attrezzatura necessaria – in particolare di un mulino a pietra Astrié e di un forno a legna con una capacità di produzione di 70 chili.

Caroline e Fabien in precedenza avevano gestito l'azienda della fondazione «Terre de Liens» in Savoia in Francia. Già allora avevano aggiunto valore alle loro colture di antichi cereali trasformandole in pani. Quando nel 2007 hanno iniziato a coltivare gli antichi cereali hanno acquistato la semente dal «Réseau Semences Paysannes», un'organizzazione francese che con grande impegno si dedica alla conservazione della biodiversità. «Nella selezione classica dei cereali sono andati persi i criteri sapore e colore e fin troppo spesso nella farina sono stati sostituiti con additivi», sostengono. «È proprio questo che mi piace della macinazione e della cottura del pane artigianale: creare farine e pani che mettono in evidenza la molteplicità di questi cereali – sia dal punto di vista del sapore sia da quello della lavorazione della pasta», spiega entusiasta Fabien Thubert. Secondo lui per quanto riguarda le antiche varietà di cereali vi è ancora parecchio lavoro di ricerca da svolgere. «È importante avere una scelta di specie di cereali indigene e venire a saperne di più sulle loro caratteristiche per quanto riguarda i valori nutritivi, panificabili e agricoli. Per me la cosa più importante è coltivare con passione le diverse varietà di frumento, che non sono tutte grigie e alte uguali, sono molto diverse – con arista o senza – e risplendono in tanti colori.» *Christian Hirschi*



#### Tecnica colturale e commercializzazione

Sul sito internet di Bioattualità sono disponibili numerose altre informazioni sulla coltivazione, la commercializzazione e le peculiarità di antichi cereali panificabili.

 [bioattualita.ch](http://bioattualita.ch) > Rivista