

La pasta: una storia antichissima per una tavola moderna

In Giappone ed Etruria più di trenta secoli fa

I documenti più antichi giungono dall'estremo oriente: raccontano di un piatto simile agli spaghetti. Ma intanto etruschi e romani mangiavano lasagne



Non è nostra intenzione di distruggere miti popolari, ma, per quanto riguarda l'invenzione degli spaghetti, sembra assai improbabile che sia nata a casa nostra o, meglio ancora, in Campania. Le prime tracce di una minestra con foggia simile agli spaghetti, che veniva cotta in acqua, risalgono a oltre 3000 anni a.C. e si trovano in un trattato di cucina dei più antichi esistenti, l'*Honzo*, scritto da qualche esperto cinese del tempo. Ma ancora prima di questa data, nel 3500 a.C. alcuni libri giapponesi descrivono una pasta fatta con farina di riso con una forma assai simile ai nostri attuali spaghetti. Tentiamo un compromesso: data la lontananza è possibile che questo prodotto sia nato contemporaneamente in Asia ed in Italia.

Notizie su un tipo di pasta detta «lagana» si hanno nella tomba etrusca di Cerveteri detta dei Rilievi, in cui sono stati trovati anche, appesi, utensili da cucina, probabilmente appartenenti alla defunta, che non lasciano dubbi circa il loro uso, si tratta, infatti, di un'ascia di piana, lo spianatoio, di un bastone di legno a forma cilindrica, atto ad appiattire l'impasto e farne una sfoglia, ed infine di una rotella dentata atta a tagliare in listarelle più o meno larghe la stessa, per fare questa «lagana». È assolutamente soggettivo dire che, per semplice assonanza, questi sono le nostre lasagne, potrebbero essere tagliatelle, o altri prodotti a forme a noi sconosciute, il fatto che resta è che 2500 anni a.C., la pasta già si faceva.

Per avere notizie più precise sulla «lagana» è necessario risalire nel tempo ed arrivare a Cicerone, nell'anno 50 a.C., che stando a quanto asserisce il Porcellini, ha lasciato una descrizione che quanto meno ci stuzzica l'appetito e che riporta nella nostra lingua antica: «laganum membranule ex farinae et aqua, quae iure pingui coctae, caseo, pipere, croco et cinnamomo onduuntur. Illud certum est cibum esse teneriorem ed qui nullo labore potest» («le lasagne sono sottili strisce fatte con farina e acqua, cotte in brodo grasso e condite con cacao, pepe, zafferano e cannella. Sono un cibo molto tenero, tanto da essere mangiato senza alcun sforzo»). Restando fra i personaggi celebri, anche il poeta Orazio, nel fare una reprimenda ad un pretore di nome Tributo, gli suggerisce non solo una vita più indipendente ma anche una sana vita all'aperto ed una alimentazione come la sua, ricca alla sera di zuppe a base di porri, ceci e, appunto, lasagne.

Se attraverso inconfutabili scritti abbiamo potuto assodare che le lasagne e la pasta in genere rappresentavano un alimento dei nostri illustri antenati, siamo altrettanto certi che attraverso le loro assai frequenti scorrerie all'estero i romani abbiano portato anche ad altre popolazioni europee la conoscenza della pasta. Dove però, come ben si sa, non è stata in seguito utilizzata con eguale maestria. Comunque dalla Spagna ci giunge notizia, circa nell'anno 850 d.C., da un musicista arabo ricordato come il Petronio arabo, che sotto l'emirato di Abrar Rahon II, è apparsa per la prima volta la pasta nella società «bene» dell'epoca (il nostro emiro era rinomato per la sua tendenza alla ele-

ganza, di cui amava circondarsi). Solo molto più tardi si hanno notizie di un'altra forma di pasta: i maccheroni. Siamo nel febbraio del 1279 ed il notaio Scarpa nel redigere l'elenco dei beni di un milite, metteva anche «una bariscella piena di maccheroni», cioè una cestella piena di maccheroni, ma il fatto notevole non sta solo nel tipo di pasta, ma anche nel fatto che si trattava di pasta secca. Non si deve pensare che questi maccheroni avessero molto in comune con quelli da noi conosciuti, si trattava probabilmente di gnochetti piccoli ed essiccati al sole, insomma una sorta di «malloreddus» sardi. E' proprio 12 anni più tardi, dopo il ritorno di Marco Polo dalle sue lunghe peregrinazioni

in Asia, che veniamo a sapere dell'esistenza dello stesso prodotto in Cina: era dunque vero che contemporaneamente, ai poli opposti della Terra, uomini diversi inventavano la stessa cosa! Dal 1300 in avanti le prove dell'esistenza di lasagne e maccheroni si trovano in scritti provenienti un po' da tutta l'Italia, da Genova a Reggio, da Torino a Modena, da Cremona a Mantova. Si giunge così al 1537 quando l'Ammassari, rifacendosi ad un glossario della bassa latinità, alla voce «maccheroni» trova citato un passo in latino in cui, traducendo, si legge «...avevano invitato Guglielmo a pranzo e gli avevano posto davanti maccheroni con zuppa». Ecco inventati i ravioli. Ma non basta, i ravioli sono riportati anche negli atti del

processo di beatificazione di Guglielmo Cuffilella, istruttore dal Papa Paolo III. Fra i miracoli riportati fa spicco quello dell'aver trasformato il ripieno di ravioli, preparato per dileggio, con crusca, in un ottimo ripieno a base di ricotta. Non vorremmo sembrare blasfemi, ma indubbiamente il Beato Cuffilella, era anche un buongustaio, oltre che un sant'uomo. Verso la metà del 1500 c'è stata una sorta di oscurantismo per quanto riguarda l'utilizzazione dei maccheroni, perché dai libri scritti da Cristoforo Messisburgo, scritti sul come preparare i banchetti, le ricette che ricorrono più di frequente sono quelle che vedono i maccheroni fritti, spalmati col miele e ricoperti di zucchero, oppure conditi con latte, burro, cannella, zucchero e da ultimo, come tocco finale... formaggio.

Ma l'abitudine di Messisburgo di «rovinare» i maccheroni va oltre, perché in un suo trattato presenta un paio di ricette per preparare i maccheroni alla napoletana; è forse curioso il vedere come li tratta e sentire la lingua che usa. «Piglia libbre otto di farina e la molleina (mollica) di un pane grosso molgiato (inzuppato) in acqua rosata, e uova fresche quattro, e once quattro di zucchero e bene impasta ogni cosa assieme e fa bene la tua pasta menandola per un peso. Poi ne farai spoglie più tosto grosse che sottili e le taglierai in liste strette e longhette, poi li cuocerai in brodo caldo bollente e li imbandirai nei piatti o sopra capponi e anitre o altro con zucchero, cannella, datteri e sopra. E per il giorno da pesce li cuocerai nell'acqua senza burro o con butirro fresco, se vorrai». Mollica di pane a parte, acqua di rosa a parte, e modo di condire a parte, si potrebbe intravedere, anche se con un po' di buona volontà la preparazione delle prime tagliatelle all'uovo.

Se potessimo continuare su questa curiosa ricerca storica sulla pasta, potremmo trovare il nome della persona che ha inventato i maltagliati e le papardelle e ancora venire a sapere tutto su come nel 1642 si sia formata a Ronia la Corporazione dei Vermicelli, o come ancora ci sia stata un'aspra rivendicazione da parte di Bergamo. Come sulla paternità della pasta, o come lo stesso Goldoni mangiasse ben tre zuppiere di maccheroni, ma tutto questo sarebbe troppo lungo e perderebbe interesse, meglio compiere un solo balzo di molti secoli e venire all'oggi e a tutti i problemi tecnologici, legislativi e nutrizionali collegati allo stesso prodotto.



Nel 1967 la legge definisce le sue caratteristiche

La nostra legislazione nel settore della pasta risale al luglio del 1967 ed è la legge 580. In essa si dà la definizione di questo prodotto all'art. 28, in cui si dice: «Sono denominati pasta di semola di grano duro e pasta di semolato di grano duro i prodotti ottenuti dalla trafilazione, laminazione e conseguente essiccamento di impasti preparati rispettivamente ed esclusivamente con semola di grano duro e acqua e con semolato di grano duro e acqua». In sintesi si potrebbe dire che sono da considerare «pasta» i prodotti ottenuti dall'impasto di farina di grano duro con acqua, che vengono sottoposti ad operazioni di impastamento, di stenditura, a tagli atti a produrre le più svariate forme, ad essiccamento. Sempre la legge definisce le caratteristiche della pasta, caratteristiche che sono di notevole importanza per il mantenimento del prodotto. Per definire un suo standard di qualità, infatti, viene fissata l'umidità, la quantità di proteine che vi deve essere presente, la cellulosa che può trovarsi nell'impasto, l'acidità dell'impasto e infine le ceneri, cioè il residuo che resta dopo la combustione del prodotto, che in genere è costituito da sali minerali. La legge precisa che possono esistere anche altri tipi di pasta, oltre a quelli previsti, e in particolare paste sia fresche che secche contenenti: spinaci, concentrato di pomodoro, noce moscata, maiali, glutine, ortaggi sia freschi che secchi, carni suine, carni bovine e carni fresche di volatili, formaggi e latticini, uova (non meno di 4 uova per chilo di farina) o parti di queste (albume o tuorlo), oli e grassi alimentari, pane e grissini gratuiti, condimenti, glutammato monosodico, droghe, spezie e aromi naturali, pesce fresco o preparato, funghi. E' abbastanza evidente che alcune delle sostanze citate possono entrare nell'impasto e altre invece concorrono alla formazione del ripieno

Le fasi decisive: l'«incartamento» e poi l'essiccazione

La tecnologia nel settore pastario in questi ultimi anni ha fatto progressi enormi. I macchinari sono talmente perfezionati da poter produrre con sistema continuo con una potenzialità massima oraria di 1000 kg, fino ad una produzione minima, quando contenuta alle otto ore lavorative di 100-200 kg. Ora non potendo descrivere dettagliatamente tutte le fasi di lavorazione regolare, provvedono all'omogeneità e alla levigatezza

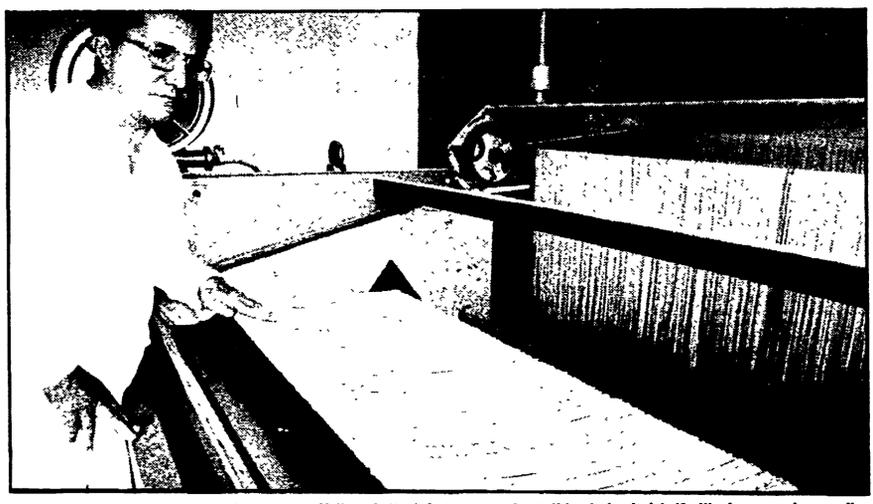
all' schema di lavorazione, che inizia dal magazzino delle materie prime, da cui, negli stabilimenti più moderni, gli sfarinati vengono trasportati con impianti pneumatici ai dosatori ed al miscelatori. Dallo sfarinato si passa ai dosatori degli ingredienti e quindi alle impastatrici, che con un sistema rotatorio di pale collegate ad un albero centrale e con pressione regolare, provengono all'omogeneità e alla levigatezza dell'impasto. Quest'ultimo, a sua volta, passa agli impianti di trafilazione che danno origine o a filamenti di pasta o a foggie uniche, del tutto ed in tutto simili alla sfoglia, che saranno poi, attraverso la sostituzione delle testate di trafilazione, preparati in foggie diverse. All'uscita del trafilato, la pasta nelle sue diverse forme, viene sottoposta a forti correnti di ventilazione filtrata, per procedere alla leggera essiccazione del prodotto, ed evitare che si attaccino i pezzi gli uni agli altri. Dopo questa fase iniziale di essiccazione, che forse più di tutti influisce sulla buona riuscita del prodotto finale, cioè l'«incartamento» e le fasi di essiccazione. L'incartamento consiste nella rapida evaporazione, avviene infatti in circa un'ora, di un quinto del contenuto di acqua presente nel prodotto. La restante percentuale di acqua da far evaporare dalla pasta, se ne va gradualmente nelle fasi di essiccazione, che si effettuano in genere in ambiente controllato sia dal punto di vista dell'umidità che della temperatura. Quando la pasta raggiunge l'umidità vicina a quella prevista per legge, viene passata alla stagionatura: deve infatti ambientarsi ai di fuori delle situazioni di controllo in cui era stata prodotta. Una volta ambientato il prodotto viene posto nelle confezioni.

Non farsi tradire da ripieni e condimenti

Le diete e gli spaghetti possono andare d'accordo

Tipi di pasta	proteine %	glucidici %	calorie (100 g.)
Pasta di semola	10,8	82,8	356
Pasta all'uovo	13,0	78,6	368
Pasta glutinata	23,0	69,9	363

Cannelloni ripieni	443 calorie	Tagliatelle bolognese	510 calorie
Ravioli con ricotta	740 »	Spaghetti alle vongole	664 »
Tortellini	684 »	Spaghetti al pomodoro	473 »



Un momento della lavorazione della pasta. Nella tabella inferiore sono riportati i valori calorici riferiti ad una porzione media.

Parlare del valore nutrizionale della pasta sembra forse addirittura superfluo, soprattutto qui, nel nostro Paese, dove questo alimento ha assunto l'importanza che altrove può avere il pane o le tortillas, o il riso. Per noi italiani la pasta è veramente la base dell'alimentazione e talvolta questa abitudine, o meglio questa tradizione ci porta ad eccessi alimentari non indifferenti. Infatti le manipolazioni che in cucina sappiamo eseguire possono addirittura arrivare a raddoppiare il valore calorico del prodotto. Ma l'apporto calorico non è tutto; è forse bene mettere il punto sui reali contenuti nutrizionali dei vari tipi di pasta, di modo che questa in taluni casi

venge ridimensionata ed in altri giustamente considerata. Infatti, una delle frasi che più di frequente si sente ripetere da chi ha, autonomamente, deciso di perdere qualche chilo è: «Ho smesso di mangiare la pasta», come se ciò facendo si fosse trovato il rimedio. La pasta, che come abbiamo visto è di diversi tipi, ha anche diversa composizione e di conseguenza diverso apporto calorico, come si può più semplicemente vedere dal prospetto che qui sopra pubblichiamo. Nella pasta all'uovo deve essere considerata anche una percentuale del 2,4% di lipidi (sostanze grasse) derivanti dalle uova, che come abbiamo già

detto devono essere almeno 4 per chilo di farina. Come si può vedere non vengono citati né i minerali né le vitamine, né, negli altri due tipi di pasta, il contenuto in lipidi, poiché per le diverse fasi di abbattimento della farina, questa risulta depauperata grandemente proprio di questi nutrienti. Nell'altra tabella vediamo questi stessi prodotti come possono cambiare per le operazioni culinarie a cui vengono sottoposti. E' ovvio che l'aggiunta di condimenti vari, di ingredienti di ogni tipo, faccia di questo nostro primo piatto un pranzo quasi completo; e l'errore sta proprio qui, nel fatto che, benché fortemente calorico, questo rimane sempre

Certi nostri «primi», invece, sono di fatto pranzi completi - Un apporto equilibrato di pasta può essere utile al rispetto degli «obiettivi» calorici

La possibilità di inserire una frazione di grano tenero

Una piccola «rivoluzione» da operare sull'impasto?

La legge è estremamente intransigente sulla presenza di farina di grano tenero nella pasta, infatti non ammette che nel prodotto vi siano tracce di questa, mentre la stessa legge autorizza la preparazione di paste fresche all'uovo che contengano farina di grano tenero. E' rifugio a questo punto di dover chiarire che differenze esistono fra l'un tipo di grano e l'altro in modo da giustificare anche se solo in parte, queste intransigenze e proporre, se mi è concesso, qualche alternativa.

Il grano duro si differenzia da quello tenero, non solo per l'uso che se ne fa, ma anche perché ha frattura vetrosa, un involucro cruscale più leggero e ridotto e assai più facilmente allontanabile dal chicco, l'endosperma, la parte da cui si estrae la farina, più ricca in ceneri regolarmente distribuite, e viceversa la crusca contiene meno ceneri del grano il contenuto proteico del grano duro origina semole (sono così chiamate le farine ottenute da questo tipo di grano) con maggiori quantità, e il contenuto in amido è pressoché uguale a quello della farina di grano tenero. Ciò che essenzialmente differenzia i due prodotti, semola di grano duro e farina di grano tenero, è che della seconda, deve esserci un buon contenuto di glutine (una proteina che si ottiene dalla unione di altre due proteine, gliadina e glutenina mescolate con acqua), che avendo caratteristiche di elasticità, consente una corretta lievitazione del pane. Si tratta dunque di una differenza quasi esclusivamente qualitativa di una frazione proteica, infatti per la preparazione della pasta non è particolarmente richiesta questa caratteristica, in quanto, come ben si sa, non deve essere sottoposto a lievitazione. La farina di grano duro più usata per la preparazione delle paste più pregiate è la semola, cioè il prodotto ottenuto dalla prima macinazione del cereale, mentre il secondo prodotto, che si ottiene dopo la estrazione della semola, viene detto semolato e viene utilizzato anch'esso per la preparazione della pasta. A questo punto vogliamo prendere in considerazione un aspetto, che per molti potrà apparire «rivoluzionario» e che potrà altresì dare spunto a polemiche di ogni tipo, cioè la possibilità di produ-

Non provocherebbe cambiamenti organolettici - Prezzi più bassi - I grani «duri» vengono in gran parte importati dall'estero

zione, anche in Italia, come avviene già in molti paesi, non già nel MEC, ma del mondo, di produrre pasta con una percentuale di grano tenero. In Polonia già si produce pasta col solo grano tenero, in Venezuela si produce con il mais, negli USA con la soia, qui in Italia, invece non c'è tolleranza alcuna per la presenza di tenero, la pasta deve essere prodotta solo col grano duro. Questo obbligo ci comporta un onere enorme per l'acquisto presso altri paesi di ingentissimi quantitativi di questo cereale, mentre attraverso una adeguata tecnologia, e soprattutto adeguate delucidazioni sull'uso sarebbe possibile produrre pasta col 25% di grano tenero, senza che le caratteristiche organolettiche del prodotto vengano modificate e mantenendo ad essa, ovviamente, le stesse peculiarità nutrizionali. Ma la legge è la legge e va rispettata, speriamo solo che il legislatore che ha permesso la produzione di pasta all'uovo con farine di grano tenero, allarghi questo concetto ed accetti la prospettiva di produrre anche altri tipi di pasta con percentuali variabili di tenero, consentendo un utilissimo risparmio sull'acquisto di materie prime dall'estero. D'altra parte, da quanto si è venuto a conoscenza da analisti effettuate su diversi prodotti già ampiamente e largamente in commercio, l'acquisto di grano tenero nella pasta è presente, talvolta in misure che potrebbero, nel legislatore intransigente, destare il sospetto di frode. Eppure queste paste sono vendute e apprezzate in tutto il suolo nazionale ed anche al di fuori di esso. Ed ancora è necessario ricordare che il grano tenero costa ben 6000 lire in meno al quintale, rispetto al duro, che notoriamente proviene o dal Canada o dall'Argentina e che è necessario acquistarlo non solo perché il nostro prodotto nazionale non è sufficiente, ma perché per le sue caratteristiche di relativa durezza deve essere miscelato a grani particolarmente duri, come sono appunto quelli canadesi, per ottenere un prodotto in cui la farina di grano tenero, a qualsiasi controllo, risulti assente, così come vuole la legge. Ora, concludendo, ci sembrerebbe cosa saggia prendere in considerazione, anche dal punto di vista legislativo la presenza sul mercato di pasta miscelata al 20-25 per cento di grano tenero, anche in considerazione del fatto che, almeno finora, questo prodotto alimentare non è solo quello più a buon mercato, ma è anche quello usato più largamente dalle fasce sociali più povere che potrebbe, se prodotto in miscela col tenero, avere un prezzo ancora più accessibile, a tutto vantaggio di chi tanto largamente ne usa e della bilancia nazionale. Una volta tanto sarebbe bello che la legislazione nel settore alimentare si muovesse razionalmente, tutelando ad un tempo il produttore, oberato da gravi spese per l'acquisto delle materie prime, lo Stato, gravato dai debiti per l'importazione, ed il consumatore, che verrebbe sollevato, anche se di poche lire, nell'acquisto di un genere di prima necessità, che però manterrebbe tutto il gusto e la qualità che gli sono caratteristiche e che tanto lo hanno fatto amare ed apprezzare.

Pagina a cura di SILVIA MERLINI esperta di tecnologia alimentare

PARTENZA: 10 agosto
TRASPORTO: voli di linea
DURATA: 15 giorni

Mongolia e Siberia

ITINERARIO: Milano, Mosca, Ulan Bator, Deserto del Gobi, Khujit, Ulan Bator, Irkutsk, Mosca, Milano

Il programma prevede la visita delle città toccate dall'itinerario, con guide interpreti locali. Escursione alle «Dune di Sabbia» (dove vissero numerosi dinosauri), al lago Baikal. Visite a Musei. Spettacolo teatrale a Mosca

UNITA' VACANZE
MILANO - V.le F. Testi 75
Telefono (02) 642.35.57
ROMA - Via dei Taurini 19
Telefono (06) 495.01.41
Organizz. tecnica ITALTURIST