

Ci vuole tutta
una città per.....



..mangiare un pane sano

1. L'EDITORIALE

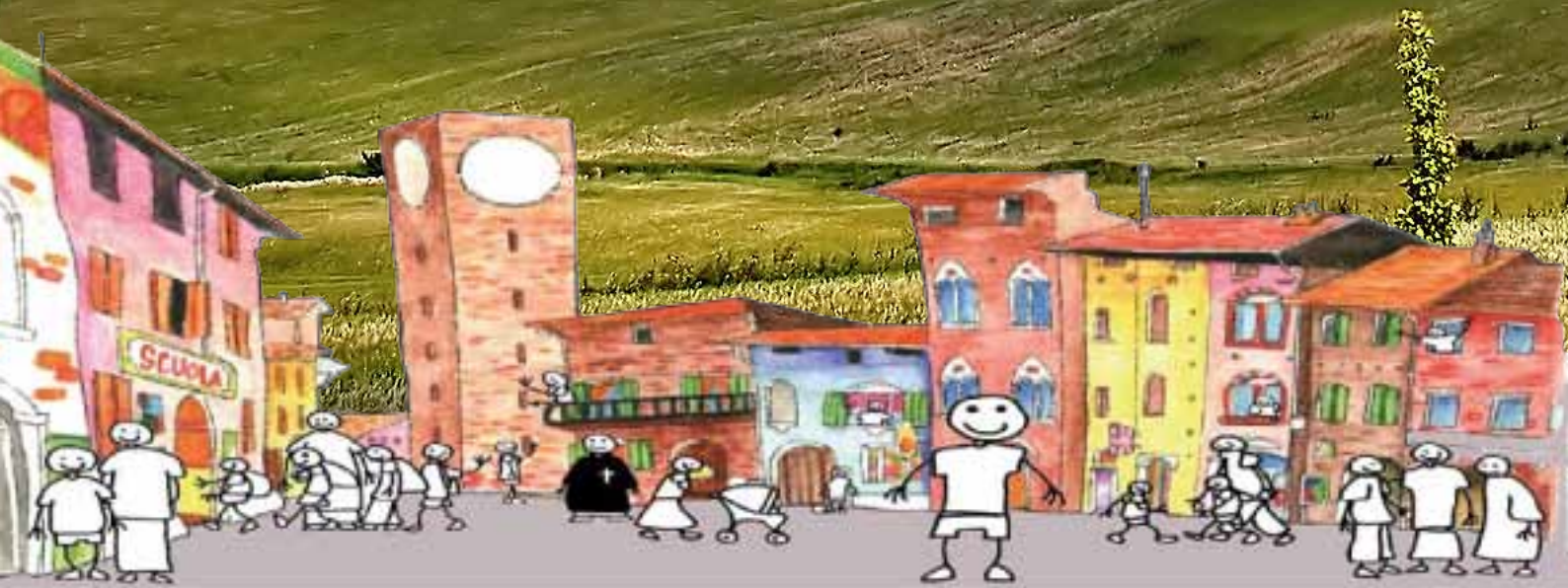
Tanti di noi si alzano al mattino, mangiano in tutta fretta, corrono verso il primo dei loro numerosi impegni, sperando di non trovare traffico, controllando le previsioni del tempo e fanno così fino a sera: corrono e prima di rientrare a casa per pranzo o per cena passano al volo a prendere il pane.

Ci sono alcuni di noi, nella nostra città, che quando si svegliano non corrono, hanno bisogno di qualcuno che li guidi e li accompagni per tutto il giorno e devono mettere una pazienza infinita in ogni cosa che fanno, anche se è una piccola cosa che tutti gli altri danno per scontata, ma sanno fare il pane. Sono i ragazzi che partecipano alla vita della Biofattoria la Conca d'oro e che oggi, per mezzo di un loro educatore, ci raccontano del loro lavoro. È un'idea sana da conoscere e diffondere. Come sempre nel fare si sta bene e quando si produce il pane speciale che viene curato artigianalmente dal primo all'ultimo passaggio come fanno loro, di salute se ne trova a volontà, anche solo in un boccone.

Leggete e prendete nota delle loro proposte e degli orari del loro negozio. Non potete non passare nella primavera che sta per arrivare a prendere almeno una pagnotta o una focaccia fresca e profumata.

Buon appetito,

La redazione de "La Casa sull'Albero".



2. L'ESPERIENZA

Nel bassanese la **BioFattoria Sociale Conca d'Oro** sta diventando una realtà conosciuta, dove apprendisti con disabilità di vario tipo hanno possibilità reali di inserimento lavorativo e sociale. Il contesto principale è quello dell'agricoltura biologica, cui sono correlate le altre attività: la bottega, la trasformazione che produce confetture e creme salate, il ristorante, i laboratori, l'area camper. Tutte le attività seguono una linea di pensiero che fa attenzione ai tempi, alla natura, alla sana alimentazione, sempre con lo scopo primario di creare spazi di lavoro adatti ai nostri ragazzi: non potevamo non pensare al pane!

Chi fa pane sa benissimo che c'è bisogno di tempo e pazienza e che si devono conoscere bene gli elementi che si utilizzano. Come in agricoltura, le varianti sono molteplici: il forno, la legna, le farine, l'acqua, il clima, le competenze del fornaio sono delicatamente interconnessi. Conca ha scelto la panificazione naturale con cottura a legna, come una volta, anche se è stata una scelta difficile perché richiede più attenzioni alle variabili, esperienza e istinto oltre ad avere una produttività poco contemporanea: al massimo con un buon forno si fanno un paio d'infornate di panee poi ci si deve fermare. Abbiamo scelto anche questa volta la qualità e non la quantità. E i risultati valgono la fatica: la colorazione del pane è migliore, la fragranza della crosta è maggiore e non serve essere esperti per sentire le differenze di sapore di pagnotte, pizze o biscotti cotti a legna. Il forno di Conca è nato dalle mani di un artigiano piemontese (di una famiglia di costruttori che da quattro generazioni porta avanti l'antico mestiere); nella costruzione la filosofia di Conca è stata rispettata e ci sono stati dei valori aggiunti come l'utilizzo dei sassi provenienti dalla bonifica dei nostri campi grazie all'aiuto fisico dato dai nostri ragazzi. Importante è anche l'uso della legna che può provenire dai nostri boschi o dalla potatura delle nostre siepi, del frutteto e degli ulivi; si evita così il consumo di energia elettrica o gas, garantendo una produzione ad impatto zero.

Pasta Madre significa rispetto dei tempi , natura e salute: Conca non poteva scegliere altro se non questa tecnica di panificazione, anche qui a discapito di facilità e comodità. La varietà di lieviti di tipo lactobacillus è maggiore ma in numero minore; avviene quindi una lievitazione acido-lattica da cui si ottiene un prodotto più sano e digeribile grazie ai tempi più lunghi della lavorazione che permettono ai vari enzimi di fare il proprio lavoro. Usando farina integrale e un po' d'acqua nel rinfresco si dà nutrimento ai lieviti che continuano a riprodursi: nell'uso della pasta madre c'è un approccio quasi magico perché nasce solo da farina ed acqua, con l'aggiunta poi di attenzione e di cura produce ottimi risultati. La nostra nasce cinquant'anni fa e racchiude la forza di tutte le mani e i rinfreschi che l'hanno mantenuta in vita. Molto importante è l'uso di farine biologiche o biodinamiche macinate a pietra a bassi giri, per permettere al chicco di mantenere il 98 % di tutte le sue componenti.

La produzione del nostro panificio si sta ampliando a pizze, focacce, biscotti di varie tipologie. Nel periodo natalizio sono stati molto apprezzati i panettoni e per tutto il periodo pasquale è possibile acquistare in Bottega la tipica "fugassa" veneta.

Avere attenzione ai prodotti che si acquistano e non guardare solo l'aspetto economico significa prima di tutto voler bene al proprio corpo; inoltre, non fermarsi ai sapori facili, abituali e standardizzati aiuta a capire quello che si sta mangiando. Un buon pezzo di pane bio integrale, con farina macinata a pietra e cotto a legna, un pezzo di formaggio locale ed un bicchiere di vino hanno nutrito i nostri nonni per generazioni: il nostro augurio è di tornare a questa semplicità e all'amore delle cose fatte con passione.

Noi stiamo cercando di trasmettere questa passione ai ragazzi che in fattoria lavorano con il nostro fornaio, che stanno imparando a impastare e formare il pane e i biscotti; che si occupano anche di tutte le attività che si svolgono in un panificio professionale. Il lavoro di panetteria e pasticceria da forno si sta rivelando molto utile per inserire nel contesto della fattoria apprendisti con difficoltà molto diverse: grazie alle molte fasi di lavoro, dal pesare gli ingredienti a etichettare e confezionare i prodotti, si riesce a dare un ruolo lavorativo significativo alle diverse disabilità, più o meno gravi.





Il nostro pane e tutti gli altri prodotti sono acquistabili presso la nostra bottega il martedì e il venerdì (9/12.30 e 15.30/19), il sabato (9/12.30 e 15.30/18).

Abbiamo anche in calendario due giornate per far conoscere la realtà del forno e di Conca a chi vorrà partecipare.

Corso base di panificazione con Pasta Madre

17 Maggio 2014 dalle 8.30 alle 15.00.

Impasti, Pezzatura, Cottura di Pane, Pizza e Focaccia. 30€ comprensivi di Ricettario e Pranzo con i prodotti preparati. Iscrizioni allo 0424.512607

Pasta Madre Day

31 maggio 2014 dalle ore 12.00 alle 15.00

Cottura comunitaria, Assaggi, Chiacchiere sul pane. Partecipazione gratuita, su prenotazione allo 0424.512607

Il panificio sarà aperto e potrete gustare i nostri prodotti appena sfornati anche nelle giornate di **domenica 4 maggio** durante la manifestazione "Ombre delle Mura" e **domenica 22 giugno** alla nostra "Festa d'Estate".

Comunicazioni ed informazioni:

info@concadoro.org // FB Fattoria Sociale Conca d'Oro // tel. 0424.512607

Info e prenotazioni ristorante: +39 347 7120215

Bottega: +39 346 6159489 oppure bottega@concadoro.org



3. UNA FILASTROCCA PER NOI

Se facessi il fornaio
vorrei cuocere un pane
così grande da sfamare
tutta, tutta la gente
che non ha da mangiare.
Un pane più grande del sole,
dorato, profumato
come le viole.
Un pane così
verrebbero a mangiarlo
dall'India e dal Chili
i poveri, i bambini,
i vecchietti e gli uccellini.
Sarà una data
da studiare a memoria:
un giorno senza fame!
Il più bel giorno di tutta la storia.



Il pane: Filastrocca tratta da "Filastrocche in cielo e in terra" di Gianni Rodari ed. Einaudi

