

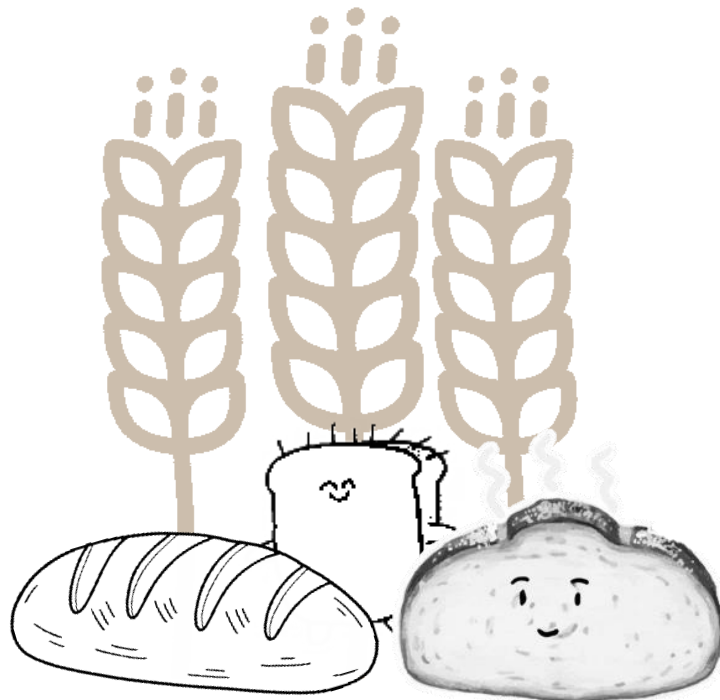


## KIT: IL PANE

### Indicazioni

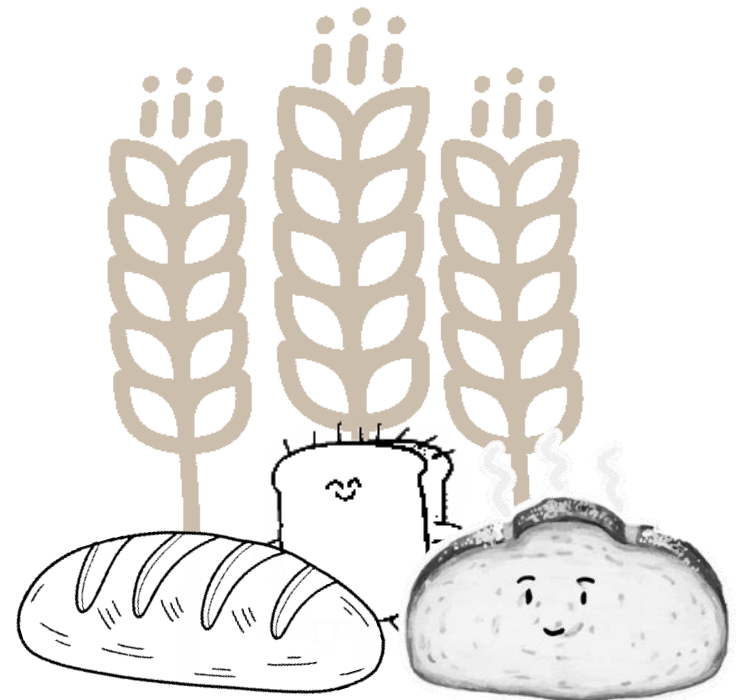
- Il supporto è una striscia di carta centimetrata, ma va bene anche della semplice carta da pacco (bianca o marrone).
- Il supporto misura 61cmx30cm e viene ripiegato per tre volte.
- Il kit va stampato su carta in formato A4.
- Ogni alunno costruirà il proprio opuscolo, con la possibilità di personalizzarlo nell'ordine degli elementi.
- Il kit è correlato dall'UDA interdisciplinare, modificabile per essere personalizzata.
- I contenuti sono scritti in carattere maiuscolo per facilitare la comprensione, ma se si preferisse il carattere minuscolo si può richiedere il kit modificabile, scrivendo una mail a: **[pag.didatticacreativa@gmail.com](mailto:pag.didatticacreativa@gmail.com)**.

**DAL GRANO  
DORATO...**



**...AL PANE  
ADORATO!**

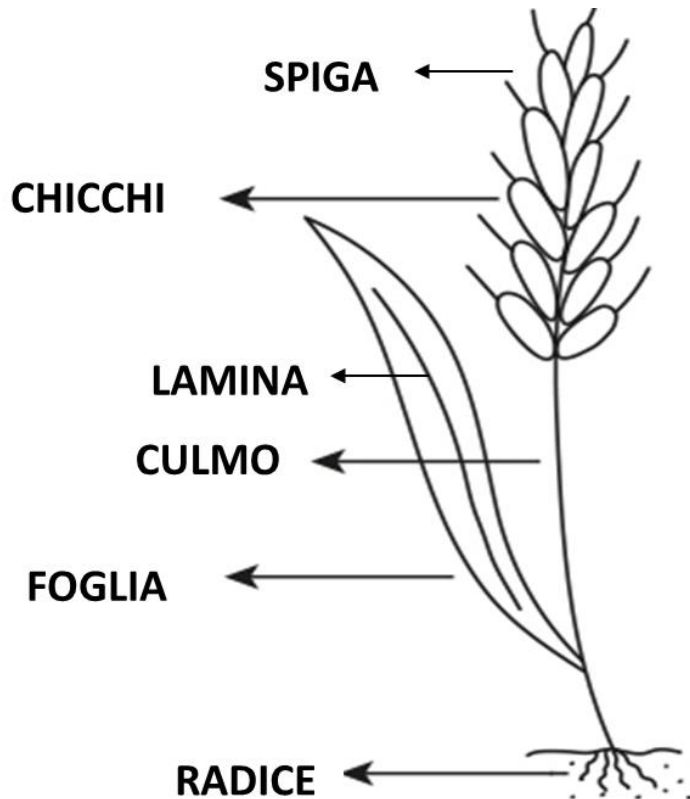
**DAL GRANO  
DORATO...**



**...AL PANE  
ADORATO!**

IL GRANO VIENE SEMINATO NEI PRIMI GIORNI DEL MESE DI NOVEMBRE. IN PRIMAVERA SUGLI STELI CRESCONO LE PRIME SPIGHE DETTE INFIORESCENZE, PICCOLI FIORI SENZA COROLLA E NETTARE CHE LASCERANNO IL POSTO AI PICCOLI FRUTTI VERDI.

IL FRUTTO DEL GRANO SI CHIAMA CHICCO. E' DI FORMA OVALE, CON UNA FENDITURA ED E' RICOPERTO DA UNA BUCCIA DURA. ALL'INTERNO DELLA BUCCIA VI SONO L'AMIDO E IL GLUTINE, SOSTANZE MOLTO NUTRIENTI.



### Il Chicco di Grano

#### **Strato esterno**

Protegge il chicco. E' la crusca nella farina, composto da fibra, minerali e vitamine del gruppo B.

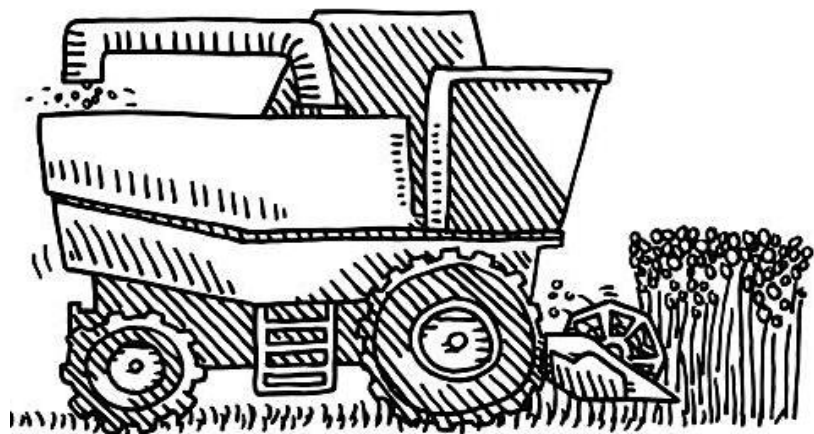
#### **Endosperma**

E' l'83% del chicco, lo ritroviamo quasi puro nelle farine 0 e 00. Contiene amido, proteine e piccole quantità di vitamine del gruppo B.

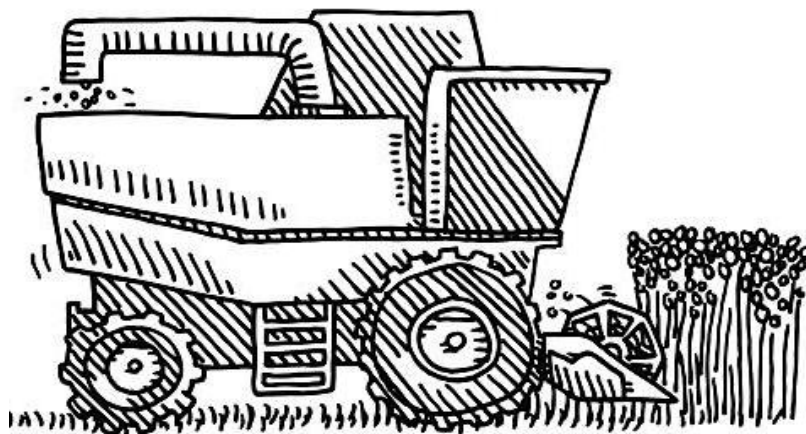
#### **Germe**

E' la parte vitale del chicco e che germoglierà una nuova pianta. Contiene grassi, minerali, vitamine B e antiossidanti.

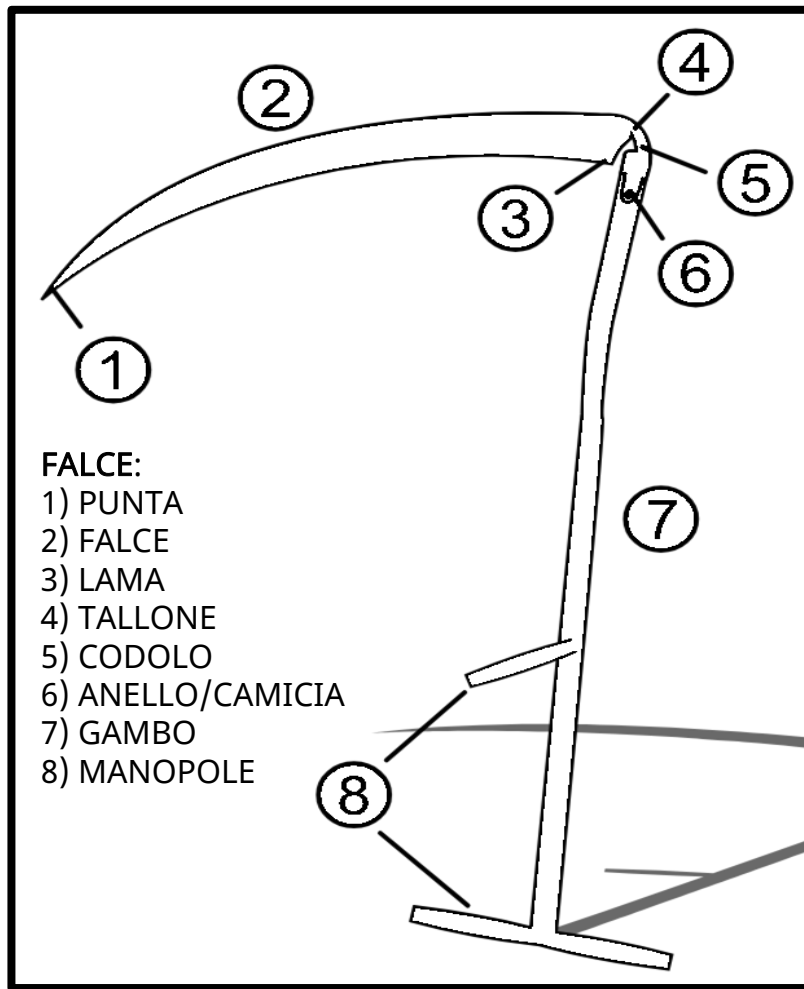
TRA IL MESE DI GIUGNO E DI LUGLIO E' IL PERIODO GIUSTO PER PROCEDERE CON LA TREBBIATURA. CON L'AIUTO DI UNA MACCHINA CHIAMATA MIETITREBBIA, SI SEPARANO I CHICCHI DALLE SPIGHE.



TRA IL MESE DI GIUGNO E DI LUGLIO E' IL PERIODO GIUSTO PER PROCEDERE CON LA TREBBIATURA. CON L'AIUTO DI UNA MACCHINA CHIAMATA MIETITREBBIA, SI SEPARANO I CHICCHI DALLE SPIGHE.



NEL PASSATO GLI AGRICOLTORI  
SVOLGEVANO IL LAVORO MANUALMENTE,  
UTILIZZANDO IL FALCETTO E RACCOGLIENDO  
LE SPIGHE IN COVONI, PER POI SPIGOLARNE  
I CHICCHI.





LA MIETITURA E LA TREBBIATURA SONO DUE COSE DISTINTE: LA MIETITURA CONSISTE NEL TAGLIO DELLE PIANTE ATTRAVERSO UNA FALCE O UN MEZZO MECCANICO, LA TREBBIATURA È L'ATTIVITÀ CONCLUSIVA DEL RACCOLTO E CONSISTE NELLA SEPARAZIONE DELLA GRANELLA DEL FRUMENTO, DALLA PAGLIA E DALLA PULA (INVOLUCRO CHE RIVESTE IL CHICCO DEL GRANO).



I CHICCHI, UNA VOLTA SEPARATI DAL RESTO DELLA SPIGA, VENGONO PORTATI AL MULINO E GLI STELI DIVENTERANNO PAGLIA.



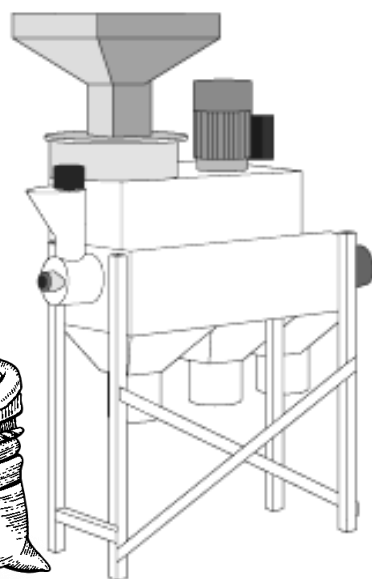
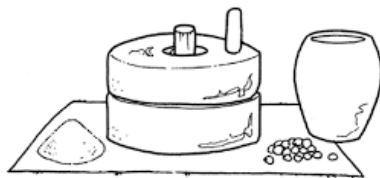
AL MULINO I CHICCHI DI GRANO  
VENGONO SCHIACCIATI E SI RICAVA  
LA FARINA. PER FARE IL PANE, LA  
PASTA, LA PIZZA, I BISCOTTI E I DOLCI.



**ANTICO MULINO A  
VENTO**



**MACINA A MANO**



**MULINO  
INDUSTRIALE**

LE FARINE DI TIPO **00** FINISSIME (GRANO  
TENERO) SONO PERFETTE PER  
PREPARARE PANINI E PANE SOFFICI, ALTI E  
MORBIDI, DA FARCIRE CON INGREDIENTI  
DOLCI O SALATI. SONO IDEALI ANCHE  
PER TORTE, BISCOTTI E DOLCI DA FORNO.  
LE FARINE DI TIPO **0** (GRANO DURO)  
SONO ADATTE PER LA PASTA, PANE  
RUSTICO E FOCACCE.



PER OTTENERE IL PANE SI IMPASTA LA FARINA CON ACQUA, LIEVITO E SALE E SI LASCIA LIEVITARE IN UN LUOGO CALDO. SE SI USA LIEVITO DI BIRRA L'IMPASTO DEVE RIPOSARE PER 4 ORE, MENTRE SE SI USA IL LIEVITO MADRE CI VORRANNO 12 ORE.

### **RICETTA PER L'IMPASTO DI UNA PAGNOTTA**

#### **INGREDIENTI**

400 G FARINA DI GRANO TENERO  
(FORTE, COME LA MANITOBA)

300 ML ACQUA

100 G (6 G SE LIEVITO DI BIRRA) LIEVITO MADRE  
O LIEVITO DI BIRRA

10 G SALE

20 G CIRCA FARINA DI RISO O SEMOLA DI GRANO DURO

#### **PROCEDIMENTO**

VERSARE I 300 ML DI ACQUA IN UNA CIOTOLA, AGGIUNGETE IL SALE, IL LIEVITO DI BIRRA O IL LIEVITO MADRE SPEZZETTATO, FATELO SCIogliere, POI UNITE LA FARINA, MESCOLATE CON UN CUCCHIAIO DI LEGNO PER QUALCHE SECONDO FINO A FAR ASSORBIRE ALL'ACQUA TUTTA LA FARINA, POI COPRITE CON UN CANOVACCIO INUMIDITO E FATE RIPOSARE PER DUE ORE. REIMPASTARE CON LE PRIME PIEGHE, PORTANDO I LATI ESTERNI DELL'IMPASTO VERSO L'INTERNO PER 8 VOLTE, POI STRIZZATELO UN PÒ CON LE MANI E PER 2-3 MINUTI. DARE LA FORMA E FARE DEI TAGLI SULLA PARTE SUPERIORE. LASCIARE RIPOSARE SU UNA TEGLIA INFARINATA E POI INFORNARE A 250° PER 30 MIN CIRCA.



### **CURIOSITÀ STORICHE E BENEFICI**

IL PANE È SEMPRE STATO IL SIMBOLO DELLA CULTURA, DELLA STORIA E DELL'ANTROPOLOGIA, DELLA FAME E DELLA RICCHEZZA, DELLA GUERRA E DELLA PACE. E' STATO UN ALIMENTO DI BASE E INDISPENSABILE PER LA SOPRAVVIVENZA DEI POPOLI DA SEMPRE, ESISTONO PROVE CHE SI FACESSE IL PANE GIÀ QUATTORDICIMILA ANNI FA, E QUATTRO MILLENNI PRIMA DELL'INIZIO DELL'AGRICOLTURA.

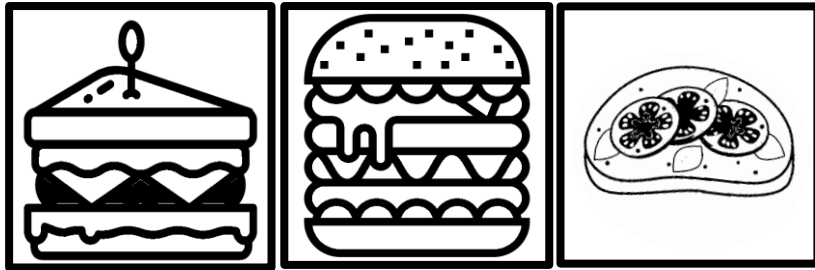


Il pane apporta molti carboidrati che nel nostro organismo vengono trasformati in glucosio, che a sua volta diventa energia per il cervello e per i muscoli. Riduce l'appetito grazie al suo alto potere saziante.

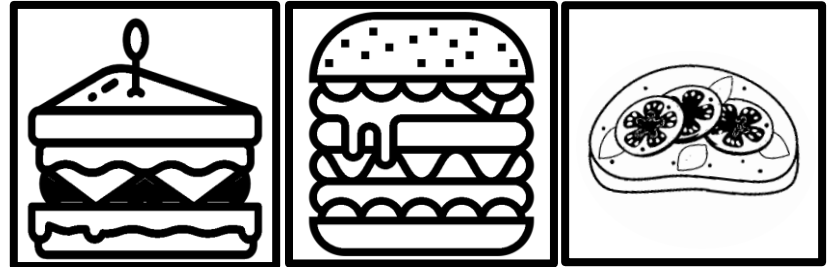




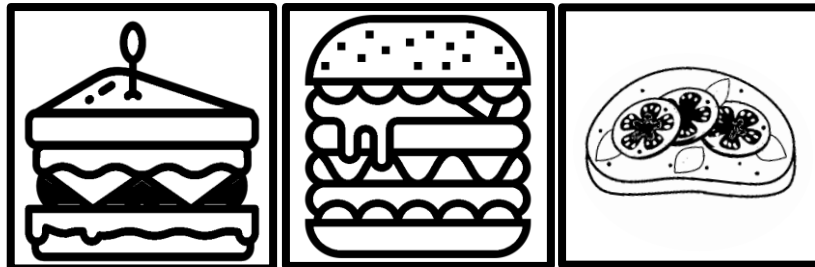
***TUTTI PAZZI...  
...PER IL PANE.***



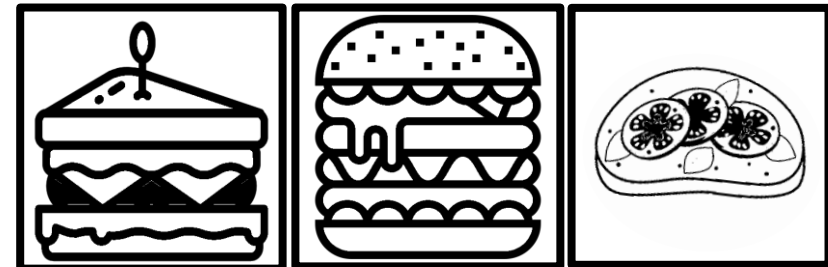
***TUTTI PAZZI...  
...PER IL PANE.***



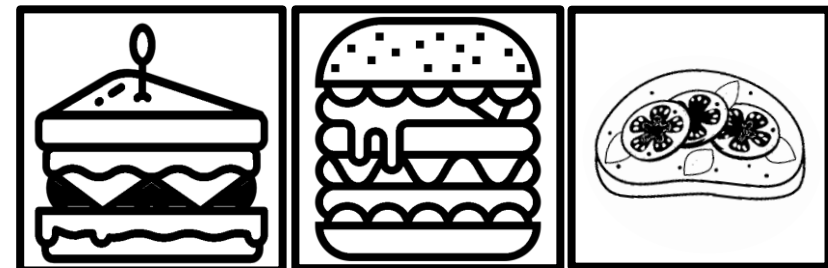
***TUTTI PAZZI...  
...PER IL PANE.***



***TUTTI PAZZI...  
...PER IL PANE.***



***TUTTI PAZZI...  
...PER IL PANE.***



## MUSICA - ATTIVITA' ALTERNATIVA

[https://www.youtube.com/watch?v=gZ4\\_n1PB7ZI](https://www.youtube.com/watch?v=gZ4_n1PB7ZI)

### STORIA DI UN CHICCO DI GRANO

Solo soletto un chicco di buon grano  
Dentro la terra si ritrovò  
Venne l'inverno col freddo e con il gelo  
Chiuso nel buio si addormentò.

Poi un bel giorno col sole ed il tepore  
In primavera il chicco spuntò  
Crebbe pian piano germoglio e dopo spiga  
Presto l'estate lo maturò.

Il contadino falciò la spiga d'oro  
Ed al mulino il grano portò.  
Il nuovo chicco pestato e macinato  
Bianca farina così diventò.

Ed il fornaio presto di mattina  
Con la farina il pane impastò  
Cotto nel forno fresco e saporito  
In ogni casa il pane arrivò.

Questa è la storia del chicco di buon grano  
Che pane buono per noi diventò.

## RELIGIONE

<https://www.youtube.com/watch?v=dztwb6q08ho>

### DOVE TROVEREMO TUTTO IL PANE

TESTO

(RIT.)

Dove troveremo tutto il pane  
per sfamare tanta gente?  
Dove troveremo tutto il pane  
se non abbiamo niente?

"Io possiedo solo cinque pani..."  
- Io possiedo solo due pesci...-  
'Io possiedo un soldo soltanto...'  
Io non possiedo niente...

"Io so suonare la chitarra..."  
- Io so dipingere e fare poesie...-  
'Io so scrivere e penso molto...'  
Io non so fare niente...

"Io sono un tipo molto bello..."  
- Io sono intelligente...-  
'Io sono molto furbo...'  
Io non sono niente...

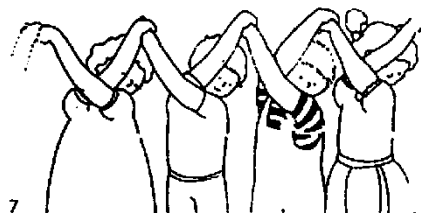
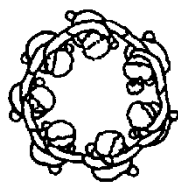
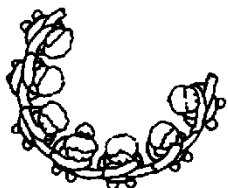
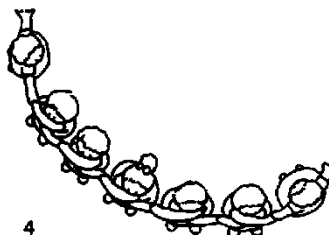
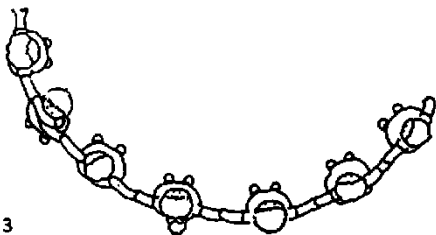
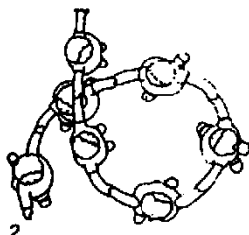
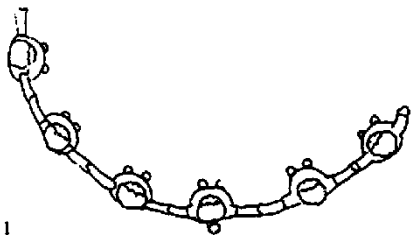
(RIT.) Dove troveremo..

Dio ci ha dato tutto il pane  
per sfamare tanta gente  
Dio ci ha dato tutto il pane  
anche se non abbiamo niente

## MOTORIA – gioco tradizionale

### E' COTTO IL PANE

<https://www.youtube.com/watch?v=UuLRAU4UBNs>



## Fornaio, è cotto il pane? Istruzioni di gioco

I giocatori, in semicerchio si tengono per mano.

Il primo chiede all'ultimo (che è il fornaio):

“Fornaio, è cotto il pane?”

fornaio: “Sì”

“E come è venuto?”

fornaio: “Male. (Oppure bruciacchiato, crudo, duro come un sasso, ecc...)”

“E chi è stato?”

“E' stato .....” (e dice il nome del penultimo della riga).

A questo punto, cantando la strofa:

il capofila guida gli altri e passa sotto l'arco formato dalle braccia del fornaio e della persona chiamata, che risulterà così “incatenata”.

Poi il dialogo ricomincia e si ripete per tutti i partecipanti.

Quando saranno tutti incatenati, il capofila e il fornaio si danno la mano incatenandosi anche loro

Infine tutti i giocatori gridano: “Uno, due, tre!” e girano sotto le proprie braccia liberandosi e quando tutti sono voltati verso l'interno del cerchio, gridano: “Ecco il pane!”

# Un po' di inglese...



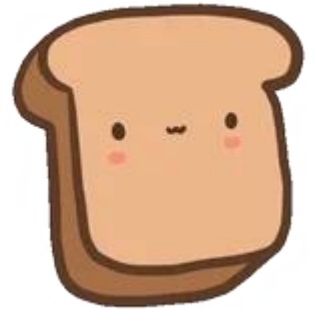
**Bread** è la parola generica per indicare il pane in Inglese.

**Bread roll** è il panino, oppure **Bun**, ma non il panino imbottito, semplicemente il pane in formato piccolo.

La pagnotta invece is the **Bread loaf**, o semplicemente Loaf, sia che sia tonda (tipo il pane di Matera), sia che sia rettangolare (tipo il pane in cassetta).

**Flatbread** è un tipo di pane piatto non lievitato, diciamo che la piadina è un flatbread.

Il pane in cassetta è semplicemente **bread**, ma una volta tostato ovviamente diventa un **toast**. Questo pane esiste sia in versione **thin cut** (fette sottili) che **thick cut** (fette più spesse).



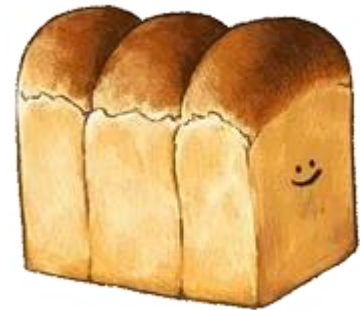
Il pane non è sempre bianco, può essere:

**Brown bread**, che di per sè significa appunto pane scuro, per capire quanta farina integrale contiene (o se contiene caramello) bisogna controllare gli ingredienti.

**Whole wheat bread o whole grain bread** è effettivamente il pane integrale.

**White bread**, pane bianco.

**Quick bread o soda bread**, è un pane fatto con il bicarbonato invece che con i lieviti.



**Sourdough bread** è il pane fatto con il lievito naturale o la pasta madre. Il pane di segale (si capisce che chi scrive ama i pani rustici?) è il **rye bread**.

# Qualche notizia in più...

## Tra mito e religione

Demetra è la Dea della fertilità, ad essa venivano donati i primi semi del raccolto.



Per i Cristiani il pane rappresenta il corpo di Cristo.

In esso si concentra l'evoluzione stessa della vita: da un seme nasce il grano, che cresce, matura e quindi viene mietuto; ma non muore, poiché da esso nasce il pane.

Il pane rappresenta il rapporto tra l'uomo e la terra, tra l'uomo e la divinità.



Nel Corano il pane d'orzo è l'alimento del profeta.

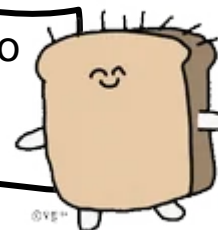
Nell'Oriente

Islamico una forma diffusa ed antica di leggere nel futuro è l'interpretazione dell'impronta stampata dalla mano su una massa di pasta lievitata.

Nell'Europa dell'Est, il pane rappresenta fertilità e abbondanza, si regala in sacchetti per chi si sposa.

Nell'ebraismo il pane azzimo ricorda l'esodo dall'Egitto e quindi l'aiuto divino, un richiamo all'umiltà davanti a Dio.

Il pane è anche simbolo di solidarietà, infatti quando gli uomini condividono il pane condividono la loro amicizia.







## contatti



**SITO** [www.didatticacreativa.it](http://www.didatticacreativa.it)



Pagina Facebook Didattica Creativa  
Gruppo Facebook Didattica Creativa Experiences  
Instagram #Didattica Creativa  
Canale YOUTUBE Lapazza Pecora



**e-mail ordini**

[pag.didatticacreativa@gmail.com](mailto:pag.didatticacreativa@gmail.com)  
[didatticacreativasrl@gmail.com](mailto:didatticacreativasrl@gmail.com)

**e-mail informazioni**

[didatticacreativa@libero.it](mailto:didatticacreativa@libero.it)



**Contatto telefonico whatsapp**

327 919 5752

