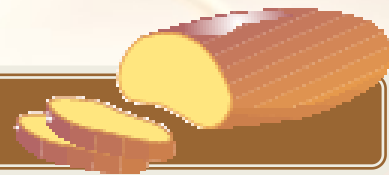


SI PARTE DAL GRANO

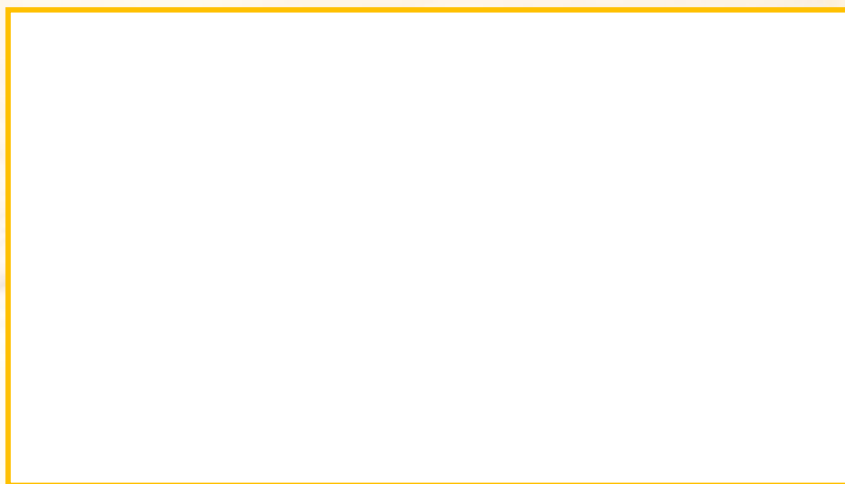
Sai da dove viene il buon pane che ogni giorno trovi sulla tavola?
Tutto incomincia dai campi, dove viene seminato il grano...

attività 1 — Chiccolino dove stai?



Sì, è proprio dai chicchi di grano che parte la storia del pane. Lo ricorda anche questa bella filastrocca. Perché non provi a illustrarla disegnando il Chiccolino di grano?

*Chiccolino dove stai?
Sotto terra, non lo sai?
E là sotto non fai nulla?
Dormo dentro la mia culla.
Dormi sempre, ma perché?
Voglio crescer come te!
E se tanto crescerai
Chiccolino che farai?
Tanti chicchi ti darò
fresco pane diverrò.*



attività 2 — Il ciclo del grano

Occorre tanto lavoro e tanta pazienza per coltivare il grano da quando si semina in autunno fino a quando in estate le spighe mature sono pronte per essere raccolte, ricche di tanti chicchi maturi.

In **AUTUNNO** si semina In **INVERNO** si riposa In **PRIMAVERA** germoglia In **ESTATE** diventa spiga

Cerca su Internet due belle immagini: la prima che mostra il momento della semina in autunno e la seconda che mostra i campi maturi d'estate e incollale qui sotto.



FARINA, ACQUA E LIEVITO

Per poter fare il pane i chicchi di grano devono essere macinati e trasformati in farina. Questa operazione si fa nei molini, e si possono ottenere diversi tipi di farina: più o meno fine e più o meno scura...

attività 3 — Macinare il grano

Si può macinare il grano anche a casa o in classe. Se non si hanno quei macinini per i cereali che oggi si trovano in molte cucine, si può ricorrere al sistema che usavano i nostri antenati: pestavano i chicchi di grano fino a ridurli in farina. Prova anche tu a rompere con un pestello una manciata di chicchi di grano dentro a un mortaio e osserva poi il risultato con una lente d'ingrandimento. Cosa vedi? I frammenti sono tutti uguali e dello stesso colore?

Con l'aiuto dell'insegnante prova a setacciare il macinato con delle reticelle di diverse dimensioni in modo da separare le varie parti. Osservale bene con la lente: sai dire da quale parte del chicco arrivano?

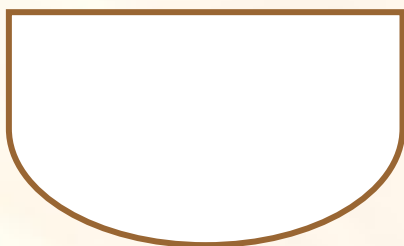
Ora una domanda difficile: secondo te come è possibile che macinando il grano si ottenga a ottenere una farina bianca e finissima?



attività 4 — Acqua e Farina

Per fare il pane si usa soprattutto la farina di grano. Ma è molto diversa per esempio da quella di riso o di mais? Non rimane che sperimentarlo...

Procurati della farina di grano, della farina di mais e della farina di riso. Distribuisci ogni farina in una ciotola diversa e aggiungi acqua. Quindi mescola e impasta. Cosa succede man mano che impasti? Scrivilo qui sotto all'interno di ogni ciotola. Quale farina secondo te dà l'impasto migliore?



Acqua e farina di grano



Acqua e farina di riso



Acqua e farina di mais

attività 4 — Conosciamo il lievito

Oltre all'acqua e alla farina, occorre un altro ingrediente un po' misterioso: il lievito. Ne occorre molto poco ma è importantissimo. Sai perché? Ecco un esperimento che ci aiuterà a capire la sua funzione...

Prendi due bottigliette, riempile per metà con dell'acqua tiepida e metti in ciascuna tre cucchiaini di zucchero. In una poi metti anche mezzo cubetto di lievito sbriciolato. Chiudile fissando un palloncino sul collo delle bottiglie. Aspetta un po'... Cosa osservi?



ED ORA: IL PANE!

Acqua, farina, lievito e anche un pochino di sale: sembra impossibile che con ingredienti così semplici si riesca a ottenere un alimento buono come il pane. Eppure è così e poi verificarlo tu stesso, trasformandoti per un giorno in un panificatore.

attività 6 — Rimbocchiamoci le maniche!

Si, proprio così: l'idea è quella di proporti di provare a fare il pane in casa. Fatti aiutare da un adulto che ti assista nella delicata fase della cottura. Vedrai: insieme vi divertirete e capirete qualcosa di più del pane e del mestiere del panificatore.

Ecco cosa che occorre:

- ◆ 500 g di farina bianca
- ◆ 30 g di lievito compresso (lievito di birra)
- ◆ Quattro cucchiaini di olio di oliva
- ◆ Mezzo cucchiaino di sale fine

Come devi fare:

- 1) Prepara il lievito stemperando con un cucchiaino 30 g di lievito e sbriciolato in 200 ml di acqua tiepida
- 2) In un'altra ciotola, disponi a fontana tutta la farina, versa quattro cucchiaini d'olio d'oliva e il lievito stemperato, aggiungi tre pizzichi di sale fino, quindi mescola con un cucchiaino
- 3) Impasta a mano, tutti gli ingredienti, finché la pasta risulti omogenea e non si attacchi alle mani.
- 4) Forma una palla con la pasta e sistemala in una ciotola, leggermente infarinata. Pratica un'incisione a croce sulla pasta, coprila e lasciala lievitare, in luogo tiepido, per circa un'ora
- 5) Quando l'impasto ha raddoppiato il suo volume, lavoralo brevemente dandogli la forma desiderata
- 6) Inforna a 220°C per 20-30 minuti, a seconda del formato

Ora assaggia il tuo pane: buono vero?

Merita una fotografia: incollala qui di fianco



Cosa hai imparato?

Anche questa scheda è arrivata alla fine. Cosa hai imparato di nuovo?

.....

.....

.....