

ESPERIENZE CON LA TERRA

Gli esperimenti sul tema della Terra, si sono concentrati sui frutti della terra, che sono necessari, quanto l'aria e l'acqua per la nostra vita e il nostro benessere.

Tra questi frutti, quello che ha maggiore valore simbolico, oltre che nutrizionale, è certamente il grano, e il pane, che da esso si ricava con una pratica antichissima.

Dopo **IL LATTE** è stato **il PANE** l'alimento principale dell'umanità.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano, recita il Padre Nostro.

Quando le nostre mamme ci hanno "svezzato", abbiamo dovuto imparare a mangiare qualcosa di più consistente del latte. Una volta, quando non c'erano tutti gli omogeneizzati che ci sono oggi, i bambini venivano svezzati col "**pancotto**".

Noi il pane l'abbiamo fatto, a partire dai chicchi di grano, che abbiamo macinato con due pietre, come facevano i nostri antenati nell'età della pietra. La farina ottenuta in questo modo l'abbiamo impastata e fatta lievitare con il lievito di birra. Infine abbiamo cotto tutto nel forno.

1) IL GRANO



Le nostre osservazioni sono iniziate dai chicchi di grano che, ovviamente, qualcuno dei bambini ha voluto subito masticare per saggiarne consistenza e sapore.

Una delusione, naturalmente, ma lo spunto è stato colto per riflettere sul fatto che la masticazione è stata fatta con i denti più robusti, quelli che chiamiamo **molari**. I denti davanti, **gli incisivi**, servono per incidere e tagliare, **i canini** per strappare, i molari, invece, servono per *frantumare, macinare, molare*.

I chicchi di grano, però, sono così duri che è meglio non rischiare di rompersi i denti. I nostri antenati hanno imparato molto presto a macinare i chicchi di grano e degli altri cereali con una **macina** ben più dura e resistente, **la pietra**.

2) LA FARINA: IL GRANO MACINATO CON LA PIETRA



La macina più semplice e antica risale probabilmente al **neo-litico** ed è costituita da due pietre tra le quali i chicchi di grano venivano schiacciati e frantumati. Noi ne abbiamo realizzata una con due pietre, una piatta come base e una più arrotondata come pestello. Abbiamo subito visto che dai chicchi frantumati, usciva una polverina bianca: **la farina!**



Setacciando il macinato con setacci via via più fitti, abbiamo ottenuto una farina sempre più raffinata e sottile, separando la parte più grezza (*crusca*). Abbiamo imparato, però, che quella migliore è la farina integrale, quella in cui rimangono tutte le parti del chicco e non solo quella bianca (l'amido).

3) LA PASTA

La prima operazione da fare con la farina è quella di impastarla con l'acqua.

I bambini la conoscono già, perché cominciano molto presto a lavorare con la pasta di sale per le loro prime creazioni plastiche; infatti, si sono molto divertiti a “lavorare” con impegno e fantasia la massa loro assegnata. L'impasto è fondamentale perché la massa possa “agglutinarsi”, perché, cioè, le particelle di farina possano “incollarsi” tra loro, formando una sorta di “reticolo”.

Questo rende possibile la lavorazione della pasta per ricavarne sfoglie sottili e favorisce anche una buona lievitazione, come vedremo con il pane.



4) IL PANE: IMPASTO, LIEVITAZIONE E COTTURA

Per fare il pane abbiamo aggiunto alla farina il **lievito di birra**, un pizzico di sale e un goccio d'olio.

Dopo aver lavorato per bene la pasta (un pezzetto ciascuno), l'abbiamo coperta con un panno umido e l'abbiamo lasciata **lievitare** per alcune ore. Abbiamo visto che la massa si è gonfiata fino a diventare quasi il doppio di quello che era prima.

Alla fine le nostre pagnotte sono state messe a cuocere nel forno per 30-40 minuti.



Durante la cottura nella scuola si sentiva un buon profumo di pane.

Fare le cose con le proprie mani da una grande soddisfazione, farle insieme da una soddisfazione ancora maggiore. Sulla fetta di pane fatta in casa possiamo stendere un velo di burro fatto da noi, manca solo un po' di marmellata, ma questo sarà per un'altra volta.

5) IL CICLO DEL GRANO

Come si fa quando si esaurisce la scorta del grano?

Per fortuna in quel piccolo chicco è contenuta una forza prodigiosa.

Appena sente un po' di umidità il chicco si sveglia e comincia a spuntare una radichetta che cerca subito di affondare nella terra in cerca di acqua e nutrimento. Allo stesso tempo un minuscola fogliolina comincia ad alzarsi verso l'alto in cerca di luce e di calore.

Abbiamo seminato alcuni di questi chicchi ed abbiamo visto crescere da essi delle piccole piantine, che si sono irrobustite fino a formare delle belle spighe dorate, piene di nuovi chicchi, pronti a darci ancora farina, pasta e pane.

