

1° Congresso Richemont sulla pasta acida (lievito madre)

# Pane sano e gustoso grazie al lievito madre

A Lucerna al Museo dei trasporti, si sono incontrati 346 esperti di 13 nazioni, per il 1° Congresso Richemont con il tema lievito madre. Ha offerto preziosi suggerimenti e utili scambi.

In modo introduttivo spiega Jorge Pastor, Presidente Richemont-Club internazionale e iniziatore dell'evento, che il passaggio ad una lievitazione breve e diretta si svolge soltanto dal 20° secolo, però adesso c'è la tendenza di tornare alla lunga lievitazione. Molti dei relatori provengono dalla ricerca accademica. Con i loro studi e concetti scientifici pongono elevate esigenze agli ascoltatori e al team di traduzione in sei lingue offerte. Ma i messaggi chiave sono sempre passati in modo chiaro: il lievito madre rende i prodotti da forno più saporiti e durevoli, sono più sani e sono utili come prevenzione di varie malattie. Michael Kleinert, dell'Università di Zurigo per le scienze applicate e Bernd Kütscher, Direttore dell'accademia germanica dei panettieri, hanno pubblicato il libro «Die Sprache des

Brot» (il linguaggio del pane). Un interessante libro su questo tema.

## La scienza sottolinea i benefici

I vari dati scientifici dimostrano, che i processi di fermentazione con il lievito madre e la lunga lievitazione aumentano ancora di più la qualità già molto buona oggi. Si riducono allergie e malattie, la riduzione di sale e zucchero consente di migliorare la tollerabilità e la salute.

## Networking e documentazione

Oltre a tanta teoria c'era anche la parte culinaria. Ai vari stand (Belgio, Germania, Italia, Croazia, Lussemburgo, Spagna e Svizzera), si potevano gustare prodotti da forno, alcuni senza glutine, che al giorno d'oggi hanno raggiunto un ottimo livello di gusto. La presentazione e il riassunto di tutta la documentazione



Ch. Erne

ne in inglese, così come otto ricette con il lievito madre, vengono messi a disposizione per il Download dalla Scuola professionale Richemont. Delle foto e un protocollo dell'even-

to si trovano su: [www.swissbaker.ch/panissimo](http://www.swissbaker.ch/panissimo). La galleria fotografica su: [www.facebook.com/richemontfachschole](https://www.facebook.com/richemontfachschole).

Christof Erne /ap

## I cinque temi in breve

### ■ Ingredienti

Dr. Francisco Barro (E) presenta i vantaggi degli antichi cereali, i vari tipi di ibridi come il Triticordeum e le tecnologie per la riduzione della gliadina (pane a basso tenore di gliadina) per la riduzione dell'intolleranza al glutine. Dr. Friedrich Longin (D) spiega l'importanza di coltivare nuovi cereali per assicurarsi che non ci sia mai la fame nel mondo. La cosa richiederebbe molto tempo e ingenti finanze. Viene data più importanza alla resa del raccolto e la resistenza alle varie malattie, che non al gusto e alla tenuta in cottura. Consiglia ai panettieri di sviluppare una vasta scelta di pani regionali così da poter continuare a sviluppare varie coltivazioni. Il mastro-panettiere Heinrich Beck (D) dice di aver instaurato un'ideale collaborazione con i contadini, mugnai e macellai regionali nella sua panetteria improntata sul Bio. La cosa ha riscosso notevole successo presso la sua clientela.

### ■ Lievito madre

Prof. Elke Arendt (IRL) spiega il miglioramento degli aspetti nutrizionali fisiologici del lievito madre. Esso allunga la durata del prodotto e permette così di ridurre sale, zucchero e Foodmap. Anche alla sfoglia può essere aggiunto del lievito madre (5-20%) per poter migliorare la sua struttura. Prof. Luc Vuyst (B) tratta gli aspetti microbiologici del lievito madre. Le colture di batteri, la temperatura, il tempo e la quantità di liquidi influenzano la fermentazione. Dr. Markus Brandt (D) descrive il lievito madre senza glutine con l'aiuto di diverse piante come la Quinoa, grano saraceno, riso o verdura per una miglior qualità dei prodotti da forno senza glutine. Bernd Kütscher (D) dà cenni storici sui tipi di pane in (D) dove ha una lunga tradizione l'aggiunta di segale al lievito m.

### ■ Processi

Prof. Carlo Rizzello (I) spiega che con l'aggiunta di legumi, verdure,

lupini, soia o erbe si migliora il gusto e la parte di antiossidanti del lievito madre. Prof. Michael Kleinert (CH) ricorda ai panettieri che con un unico prodotto si può arrivare a creare una storia e delle emozioni oltre che il successo aziendale. Christian Kummer (A) consiglia di sviluppare al meglio una linea di prodotti premium e di documentarlo. Karl de Smedt (B) consiglia i panettieri di depositare i loro lieviti madre nella biblioteca del lievito madre a St. Veight (B).

### ■ Nutrizione

Dr. Rosa del Campo (E) spiega l'importanza dei microorganismi per la salute nel corpo umano e quella del lievito madre e delle fibre per la flora intestinale. Dr. Gianfranco Grompone (F) spiega che lo stile di vita dell'ovest influisce negativamente la flora intestinale, invece il lievito madre nel pane e il lievito hanno un beneficio su tutto l'intestino. In rappresentanza del Prof. Dr. Marco Gobbetti (I), il Prof. Carlo

Rizzello (I) spiega che pani ricchi di fibre con del lievito madre migliorano la digestione, l'indice glicemico e aiutano a ridurre il sale.

### ■ Salute

Dr. Felix Lopez Elorza (E) spiega che per colpa degli alimenti raffinati e la lievitazione ridotta si è danneggiata l'istamina diagnosticando per sbaglio la celiachia; le buone proteine di facile digestione sono un valido rimedio. Dr. Jacinthe Côté (E) dimostra che la metà della popolazione ha una carenza di Vitamina-D e consiglia di aggiungerla al pane mettendo anche il lievito madre. Prof. Maria Jesus Callejo (E) invita ad aumentare il consumo di pane integrale (o crusca), antichi cereali e pseudocereali.

ce/ap

Informazioni sulle persone citate: [www.sourdough-summit.com](http://www.sourdough-summit.com)