

Gli editoriali.

I tipi di pane in Italia e nel mondo

In occasione della Giornata Mondiale del Pane, scopri i vari tipi di pane, dalle specialità regionali italiane e a quelle internazionali più famose e gustose.

Il **pane** è uno degli alimenti più antichi e diffusi al mondo, parte integrante della cultura gastronomica di ogni paese. Ogni anno, il **16 ottobre**, si celebra la **Giornata Mondiale del Pane**, un'occasione nata nel **2006** per sottolineare l'importanza del pane nell'**alimentazione quotidiana** e per promuovere la consapevolezza su questo prezioso alimento. In onore di questa giornata, esploriamo tutte le **tipologie di pane**, in particolare quelle italiane.

Le principali tipologie di pane

Ogni varietà di pane ha caratteristiche uniche, che dipendono dagli **ingredienti**, dal **metodo di preparazione** e dalla **cottura**. Di seguito, una panoramica sulle principali tipologie di pane:

- **Filone**: uno dei tipi di pane più comuni. Realizzato con **farina di grano tenero**, **acqua**, **lievito** e **sale**, ha una **forma allungata** e **crosta croccante**. Viene cotto in forno a temperature elevate ed è perfetto per accompagnare pasti o preparare **bruschette**.

- **Panino**: piccoli pani dalla **forma tonda o allungata**. Gli ingredienti sono simili al filone, ma la pezzatura più ridotta li rende perfetti per preparare **sandwich** e **spuntini**.

- **Pane integrale**: preparato con **farina integrale**, offre un sapore più rustico e una maggiore quantità di **fibra**. Spesso arricchito con **semi**, è ottimo per una dieta equilibrata.



- **Pane nero**: prodotto con **farine di segale** o **farine integrali scure**, è ricco di sapore e nutrienti. La crosta è spessa e la mollica densa, ideale per accompagnare **piatti di formaggi** e **affettati**.

- **Pane bianco**: realizzato con **farina di grano tenero raffinata**, acqua, lievito e sale, risulta più soffice e delicato rispetto al pane integrale. La preparazione prevede una **lievitazione più breve**, donando una **mollica morbida e uniforme**. A differenza del pane classico, ha un colore più chiaro e una crosta sottile. Alcuni tipi di pane bianco includono la baguette, il pane in cassetta o pancarré e le rosette.

- **Pane di grano duro**: è fatto con **semola rimacinata di grano duro**, acqua, lievito e sale, conferendogli un caratteristico **colore dorato** e una **crosta spessa e croccante**. La sua preparazione richiede una lievitazione più lunga, offrendo un interno compatto e saporito. A differenza del pane di grano tenero, **è più ricco di proteine e fibre**.

I tipi di pane in Italia

L'Italia è famosa per la sua **varietà di pani regionali**, che differiscono per forma, ingredienti e metodi di cottura. Quanti tipi di pane esistono in Italia? Difficile riuscire a definire una quantità specifica, perché le tipologie sono davvero tante. Vediamo una selezione delle più famose:

- **Ciabatta (Veneto)**: un pane dalla **forma schiacciata** e dalla **crosta sottile**, con un **interno morbido e alveolato**. Realizzato con farina di grano tenero, acqua, sale, lievito e un'aggiunta di olio d'oliva, è perfetto per la preparazione di panini e bruschette.

- **Focaccia (Liguria)**: un **pane basso, morbido e ricco di sapore**, preparato con farina, acqua, lievito, sale e olio d'oliva. In Liguria viene tradizionalmente condito con **sale grosso** e **rosmarino**. Si può gustare da sola o come base per farciture.

- **Rosette (Lombardia)**: tipico pane dalla **forma tonda**, caratterizzato da una **crosta croccante** e un **interno cavo e soffice**. Sono preparate con farina di grano tenero, acqua, lievito e sale, ideali per essere farcite con **salumi** e formaggi.

- **Piadina (Emilia-Romagna)**: **pane sottile e morbido** preparato con farina di grano tenero, acqua, strutto (o olio d'oliva), sale e bicarbonato. Viene cotta su una piastra calda e farcita con salumi, formaggi, verdure o creme spalmabili.

- **Pane di Altamura (Puglia)**: è un tipo di pane di grano duro. La lunga lievitazione e la cottura nel forno a legna gli conferiscono una **crosta dorata e croccante** e un **interno soffice**. Vanta la denominazione **DOP**.

- **Pane toscano (Toscana):** noto anche come “**pane sciapo**” o “**pane sciocco**”, è un **pane senza sale**, dalla **crosta croccante** e dalla **mollica densa**. Questa caratteristica lo rende particolarmente adatto ad accompagnare pietanze saporite come i salumi toscani.
- **Pane Carasau (Sardegna):** sottile e croccante, viene preparato con farina di grano duro, acqua, sale e lievito. Conosciuto anche come “**carta musica**”, può essere consumato da solo, con miele e formaggi oppure utilizzato per realizzare piatti tipici come il “**pane fratau**” con sugo e pecorino.
- **Pane Casereccio (varie regioni):** un pane caratterizzato da una crosta croccante e un interno morbido. Le **forme della pagnotta** e gli **ingredienti** variano a seconda della zona, ma in genere includono farina di grano tenero, acqua, lievito e sale.

Il pane nel mondo

Oltre ai numerosi tipi di pane italiani, esistono poi molte altre tipologie nel mondo. Ecco alcune delle più famose:

- **Baguette (Francia):** questo **pane lungo e sottile** ha una crosta croccante e un interno morbido ed è uno dei pani più conosciuti a livello internazionale.
- **Pretzel (Germania):** è un pane dalla **forma intrecciata**, con una crosta dorata grazie alla cottura in una soluzione di bicarbonato.
- **Pita (Medio Oriente):** è un **pane piatto e tondo** che può essere farcito con vari ingredienti.
- **Naan (India):** pane lievitato e cotto su pietra, spesso condito con burro e aglio, ottimo per accompagnare piatti speziati.
- **Chapati (India):** pane non lievitato a base di farina integrale, acqua e sale, cotto su una piastra calda.
- **Pane per hamburger (USA):** morbido e dolce, è perfetto per contenere hamburger, grazie alla sua consistenza soffice.

Il pane è dunque un alimento ricco di **storia** e **tradizione**, che varia da regione a regione, da paese a paese. Le diverse tipologie di pane riflettono la cultura e la creatività culinaria delle popolazioni. In occasione della Giornata Mondiale del Pane, è il momento perfetto per celebrare questa diversità e riscoprire l'importanza di un alimento che accompagna da sempre la nostra alimentazione.