

Alma Mater Studiorum-Università di Bologna
Scuola di Lettere e Beni Culturali
Master in Storia e Cultura dell'Alimentazione

Titolo: Grani Antichi

Candidato: Valeria Bertollini

Relatore: prof. Antonella Campanini

L'alimentazione di oggi poggia su basi malferme, il pane è diventato un nostro nemico ed è un paradosso perché ciò che, da 3000 anni dovrebbe nutrirci, è divenuto causa primaria di iperglicemia, obesità, ipertensione, infiammazioni, per non parlare poi dei problemi di inquinamento e sfruttamento del lavoro. Non si salva neppure la Dieta Mediterranea per quantità e qualità di ciò che ogni giorno poniamo sulle nostre tavole: cattive abitudini, scarsa attenzione all'origine ed alla produzione del cibo. Abbiamo abbracciato la velocità, la produttività, sovvertendo i cicli naturali che comprendevano le rotazioni delle colture, i tempi di lavorazione delle farine, la lievitazione del nostro pane, l'essiccazione della pasta. Con l'ibridazione e la sperimentazione genetica abbiamo cercato l'alta resa produttiva e la facile lavorazione delle farine, dimenticandoci completamente degli aspetti nutrizionali, del benessere e della salute, tanto che allergie, intolleranze e, più in generale, indici infiammatori elevati delle mucose intestinali sono fenomeni sempre più frequenti.

Dopo l'importante opera dei genetisti italiani nei primi anni del 900, tra cui il celebre Nazareno Strampelli, nel secondo dopoguerra, con la cosiddetta rivoluzione verde, i governi internazionali hanno dato vita a programmi di miglioramento genetico che hanno portato alla completa sostituzione delle varietà locali di frumento con nuove cultivar a taglia ridotta e altamente produttive, con conseguente diminuzione della variabilità genetica. Dal punto di vista agricolo, ma anche fisico e chimico, il grano che oggi consumiamo, biologico o meno, è un cereale molto diverso da quello precedente gli anni 60 e difficilmente coltivabile senza input chimici ed elevato dispendio di acqua. I grani cosiddetti antichi, coltivati ovunque prima della "rivoluzione verde", non avevano bisogno di fertilizzanti, anticrittogamici, pesticidi, né di intense lavorazioni del terreno come avviene adesso. La resa era sicuramente inferiore, ma i costi di produzione decisamente più bassi, ed il contadino si affidava alle proprie conoscenze sulle varietà più adatte ai propri terreni e sulle tecniche colturali. Oggi le cose funzionano diversamente, gli agricoltori rivestono semplicemente un ruolo esecutivo all'interno di un ingranaggio ben oliato dell'agroindustria, che impone i propri semi, fertilizzanti, fitofarmaci, per cui se in Russia,

Ucraina, Canada e Stati Uniti si riesce a produrre a prezzi inferiori, perché coltivare in Italia? Importiamo tra il 40 e il 50% del grano duro e arriviamo a quota 75% per il tenero che serve per fare pane, biscotti e altri prodotti trasformati su cui poi mettiamo il bollino del “made in Italy”, senza considerare la questione del frumento che arriva a tonnellate nelle stive delle navi, rimanendo in balia delle onde per settimane, a volte mesi! Le montagne di grano possono tranquillamente ammuffire, in ostaggio delle oscillazioni del mercato borsistico, perché, al pari di tutte le altre materie prime, oggi il grano è considerato una merce.

Torniamo alla questione grano: dagli anni 60 in poi sono state diffuse varietà di frumento di piccola taglia capaci di sopportare elevate quantità di fertilizzanti a base di azoto, determinando una forte riduzione delle cultivar ed una omologazione diffusa delle spighe di frumento nei campi di tutto il mondo. Grani con una costituzione genetica uniforme, che per svilupparsi hanno bisogno di forti concimazioni e di una irrigazione costante. Per millenni i contadini hanno selezionato le varietà adatte al proprio ambiente e terreno, il seme veniva scelto con cura a seconda delle esigenze del luogo di coltivazione; oggi avviene esattamente il contrario ed è l'ambiente che viene modificato per creare le condizioni favorevoli per lo stesso seme, identico, selezionato non sul campo, ma nei laboratori o nelle stazioni sperimentali e poi venduto agli agricoltori insieme al kit di fertilizzanti e pesticidi. Il suolo diventa semplice substrato, materia da nutrire artificialmente, indipendentemente dal clima, dalla tipologia del terreno: desertico o pluviale, argilloso o sabbioso...ma un'altra agricoltura oggi è possibile!!! Una nuova alleanza tra chi produce e chi consuma, con il supporto della ricerca in campo medico-nutrizionale, genetico e agronomico, perché l'evoluzione continua e si rapporta al recupero del patrimonio genetico di varietà tradizionali che conservano vantaggi innegabili dal punto di vista nutrizionale. C'è in gioco la nostra salute, la difesa dell'ambiente, il riconoscimento del ruolo millenario del coltivatore, oserei dire una rivoluzione lenta, quindi: cosa sono i grani antichi?

I grani antichi, in attesa di una definizione agronomica o legale condivisa, sono intesi essere popolazioni dinamiche di frumento con origine storica,

identità distinta, assenza di miglioramento genetico diverso dalla selezione naturale, caratterizzati da taglia più alta e glutine meno tenace, più debole, diverso in quantità, ma soprattutto in qualità, rispetto a quello contenuto nei grani di forza, cioè nei grani moderni. Il glutine è una proteina proinfiammatoria di per sé, costituita dall'unione tramite acqua di due proteine presenti nel grano: gliadina e glutenina. Ora, tralasciando la celiachia, malattia autoimmune che si scatena con l'assunzione di glutine in soggetti predisposti, nella mia vita professionale ho riscontrato notevoli miglioramenti nello stato di salute complessivo, nonché a livello intestinale nello specifico, nella maggior parte dei pazienti sostituendo il grano moderno con gli antichi. Il glutine di oggi ha una digeribilità pari a quella di una gomma da masticare e non si deve parlare di quantità, alcuni grani antichi hanno quantità superiori di glutine, ma piuttosto di forza (valore W): si prende una sottile piadina e si inizia a gonfiarla, più resiste senza rompersi e più è forte. Siamo passati da 40-80 W delle varietà antiche ai 350 W attuali dei grani di forza. Il frumento moderno ha un assetto proteico potenzialmente più infiammatorio, in particolare le gliadine risultano in percentuale doppia rispetto al passato e sono proprio questi peptidi a creare i problemi maggiori, alterando gli equilibri dell'intestino e aumentandone la permeabilità. È interessante sapere che la tossicità del glutine viene ridotta con l'uso del lievito madre che con i suoi lattobacilli probiotici è in grado di digerire le componenti proteiche della gliadina. La sindrome della permeabilità intestinale è una delle principali cause di malattie e disfunzioni della società moderna, è una condizione in cui gli enterociti dei villi si infiammano, consentendo alle tossine di giungere al flusso sanguigno. Si parla dal 2011 di sensibilità al glutine, riconosciuta e codificata, caratterizzata da una sintomatologia molto ampia, sostanzialmente diversa dalla celiachia, e paragonabile alla sindrome del colon irritabile: alvo alterno, mal di stomaco, sensazione di affaticamento, depressione. Un'altra aggravante che viene imputata alle moderne varietà a taglia bassa di frumento è il maggior contenuto di amilopectina, un polimero del glucosio, che ne aumenta il livello di indice glicemico. Quest'ultimo dipende anche dalla quantità di fibra e, dato che i frumenti

antichi vengono in genere trasformati con metodi tradizionali, macinati a pietra, e quindi con un indice di raffinazione inferiore, tutto ciò ne riduce sicuramente l'impatto sulla glicemia. Ora, invece di sconvolgere il nostro modo di mangiare, dovremmo tornare ai cibi che nutrono e non ci infiammano, sulla base della Dieta Mediterranea; per le persone sane è importante operare scelte consapevoli e di qualità sul tipo di frumento, sul grado di raffinazione e tipologia di lievitazione, tornare, cioè, a quei grani e a quelle farine che hanno un basso potere infiammatorio e, nel contempo, un maggior contenuto di bioflavonoidi e micronutrienti, capaci di bilanciare l'assorbimento delle proteine.

Altro aspetto di fondamentale importanza: i grani antichi sono amici dell'ambiente, non hanno bisogno di diserbanti (sono alti e tolgono il sole alle piante infestanti) e nemmeno di pesticidi; l'altezza li mette al riparo dagli schizzi dell'acqua piovana che portano le spore delle muffe dal terreno sulla spiga, per cui non sono necessari gli antimicotici. Non hanno bisogno di acqua perché il loro apparato radicale è sviluppato in profondità dove trova acqua.

Il Farro monococco (*Triticum monococcum*), o farro piccolo, è ritenuto il primo cereale addomesticato dall'uomo intorno al 7500 a.C., in Medio Oriente. È il cereale che ha consentito all'uomo di passare da una vita nomade ad una stanziale, favorendo lo sviluppo di alcune civiltà. È diploide e vestito, con la glumella che non si stacca facilmente in fase di raccolta, ha un solo genoma e una struttura della spiga snella. È il progenitore di tutti i grani e la forma oggi più primitiva, interessante per l'adattabilità a terreni poveri e per l'elevata capacità di accostamento, la capacità cioè di ramificare in corrispondenza dei nodi basali, con emissione di culmi e radici secondarie. Oggi il monococco attrae soprattutto per il profilo nutrizionale, viene giudicato come il più digeribile e meno tossico, con il minor potere infiammatorio. Contrariamente a quello che si potrebbe pensare, il suo contenuto di proteine è molto elevato, circa il 18%, superiore a quello di tutti gli altri grani coltivati. I suoi valori nutrizionali sono molto interessanti, in particolare per l'alto contenuto di carotenoidi, antiossidanti e precursori

della vitamina A, che conferisce alle spighe il classico colore dorato. Nonostante l'alto contenuto proteico, ha un glutine per niente aggressivo e non presenta nessuna attività citotossica; inoltre ha un contenuto lipidico più elevato rispetto al grano moderno con una concentrazione di grassi monoinsaturi superiore di quasi il 30% ed un minor contenuto di saturi.

Il Kamut non è altro che un marchio registrato che rappresenta la varietà di grano Khorasan, originario dell'omonima regione tra Iran, Afghanistan e Turkmenistan, diffusosi anticamente anche in Italia meridionale con altri nomi. Oggi non viene visto con favore dagli agricoltori che hanno scelto di coltivare varietà antiche di frumento, perché il carattere di queste esperienze è stato fin dall'inizio quello dello scambio e della libera circolazione delle sementi, contrario ad ogni forma di monopolio e ad operazioni commerciali così ampie e invasive. L'azienda americana, invece, ha vietato la coltivazione del grano a marchio Kamut in Italia e la macinazione di qualsiasi varietà di Khorasan. In ogni modo, al di là dell'indiscutibile qualità del prodotto, almeno un merito lo dobbiamo all'azienda statunitense: quello di avere attirato l'attenzione del grande pubblico sulle varietà antecedenti la rivoluzione agronomica del secondo dopoguerra.

Il progetto Virgo (Validazione e Integrazione in aree terremotate dell'E-R di un progetto di filiera corta per la cerealicoltura biologica regionale), finanziato dalla regione Emilia-Romagna e coordinato dal prof. Giovanni Dinelli dell'università di Bologna, ha permesso di fare delle analisi comparative su cinque varietà di grani antichi, mettendone in luce delle caratteristiche funzionali importanti proprio sotto il profilo nutrizionale. In questo caso l'interesse non si è concentrato sul glutine o sulla gliadina, ma su tutta una serie di metaboliti secondari. Lo studio ha coinvolto 20 soggetti sani, senza alcuna evidenza di malattia aterosclerotica clinicamente rilevabile ma ad alto rischio, di età compresa tra i 21 e i 61 anni. Ad una parte di quest'ultimi è stata somministrata una dieta quotidiana comprendente 150 grammi di pane prodotto con farina

semintegrale di grano Verna macinato a pietra e lievitato con pasta acida. Questa varietà di frumento, già apprezzata in Toscana intorno alla metà del secolo scorso, è quella che si è particolarmente distinta sotto il profilo nutrizionale, rispetto alle altre quattro varietà antiche, ma soprattutto nei confronti della cultivar moderna presa in esame (Palesio), quanto a fibra alimentare, polifenoli e flavonoidi. Il risultato finale è stato che, con la semplice assunzione di questo tipo di pane, i soggetti hanno potuto registrare un significativo miglioramento del quadro lipidico, in riferimento soprattutto al colesterolo totale.

I cinque grani antichi coinvolti nel progetto: l'Andriolo, caratterizzato da spiga con reste molto robuste sgradite ai cinghiali ghiotti di frumento; il Frassineto, adatto alla panificazione per forza del glutine leggermente superiore (tra i 60/70 W contro i 40 degli altri grani); il Gentilrosso per il profumo che riesce a dare al pane; l'Inalettabile, la varietà più produttiva, in regime biologico riesce a rendere, in media tra collina e pianura, circa 35-40 q. per ettaro; infine il Verna per le sue qualità nutrizionali, per l'alto contenuto proteico, lipidico e minerale, un cereale a granella rossa che rende bene nella panificazione. Si è trattato di un progetto basato sul recupero di un sistema di selezione genetica partecipativo, lavorando sulle riproduzioni dei miscugli delle popolazioni evolutive, lasciando fare all'ambiente. Il frumento antico come cavallo di battaglia per cambiare tutto il modo di fare agricoltura!

Dall'inizio del secolo scorso abbiamo perso circa il 75% della diversità delle coltivazioni, nel mondo si coltivano principalmente un paio di varietà di grano. La scelta delle cultivar viene dettata dall'industria alimentare e dalle ditte sementiere: poche cultivar ibridate che rispondono bene a fertilizzanti, erbicidi, pesticidi.

Una minore biodiversità nel piatto corrisponde anche ad un livellamento dell'universo microbico del nostro intestino, che condiziona pesantemente la nostra salute. Sul piano sociale l'industrializzazione dell'agricoltura ha fatto piazza pulita di usanze, tradizioni, varietà autoctone. L'imperativo della produttività ha rischiato di distruggere saperi e conoscenze millenarie, ma non si deve disperare perché i buoni esempi, per fortuna, ci

sono, magari sommersi, in angoli remoti, come nelle valli del nostro Appennino, dove ancora troviamo ricchezza nella biodiversità, dove la terra si rianima con i grani della tradizione e dove si riprende a vivere immaginando un futuro per le prossime generazioni.

Quando parliamo di grani antichi ci riferiamo a quelle varietà, o popolazioni, antecedenti la rivoluzione verde, che non hanno subito mutazioni genetiche mirate ad aumentare la resa e la forza del glutine, modificandone la composizione proteica della granella. Tranne qualche eccezione, come ad esempio il Farro monococco, parliamo per lo più di varietà di grano che non possono ritenersi antiche, ma che per buona parte del 900 si sono imposte, in seguito a sperimentazioni e processi di miglioramento genetico avvenuti nel campo, come per esempio il Senatore Cappelli. Grani che, comunque, sono molto diversi dalle cultivar imposte dagli anni 60 in poi, quando la sperimentazione genetica ha fatto nascere spighe sempre più fitte e robuste, di taglia bassa, con un affinamento della qualità proteica finalizzata alla lavorazione industriale, che richiede maggiore tenacità ed elasticità del glutine.

Che cosa hanno dunque in comune Khorasan, Timilia, Russello (questi ultimi due grani antichi siciliani) ...con i frumenti del 900 come il Verna o il Senatore Cappelli? Sono tutti frumenti domesticati, scelti e coltivati dai nostri avi attraverso una lunga selezione o per mezzo di incroci. Si adattano bene ai nostri terreni, anche quelli considerati poveri e marginali, che oggi sono più a rischio di abbandono e dissesto idrogeologico. Producono meno, ma non richiedono fertilizzanti, né diserbanti, e, cosa importantissima, sono sicuramente più compatibili col nostro metabolismo, grazie ad un profilo proteico più facilmente digeribile ed assimilabile rispetto ai grani moderni.

Circa 12000 anni fa, nell'area della Mezzaluna Fertile, si cominciò a coltivare il grano selezionando le varietà migliori del genere *Triticum* ed iniziando la domesticazione, la prima forma organizzata di selezione genetica. Di sicuro c'è una continuità tra il monococco, il primo frumento domesticato, e i successivi farri, come tra il grano di cui si cibavano gli Egizi e quello che mangiamo oggi. Nel corso dei secoli i contadini hanno affinato

le tecniche di selezione, mirata principalmente ad aumentare il numero di spighe, con il passaggio dai grani diploidi come il monococco, ai tetraploidi come il farro medio ed il grano duro odierno, agli esaploidi come la spelta e il frumento tenero. Nel tempo sono state preferite le forme mutiche, cioè nude, senza le reste, più facili da pulire. Ma l'erosione genetica del genere *Triticum* è stata accelerata bruscamente dall'intervento dell'uomo con le recenti selezioni genetiche, anche attraverso la mutagenesi, tanto che ciò che un'attività agricola in simbiosi con la natura non era riuscita a cambiare nel giro di migliaia di anni, è stato stravolto dall'uomo molto rapidamente.

Il frumento duro attualmente in commercio, quello che consumiamo regolarmente prelevandone i prodotti dagli scaffali della GDO, è stato partorito in laboratorio; viene in parte importato, come pure il grano tenero. Comunque si tratta sempre di due, tre tipi di frumento coltivati in modo analogo, su scala mondiale, e, purtroppo, questo vale anche per molti frumenti bio, con l'unica differenza che non vengono utilizzati concimi e pesticidi di sintesi. Varietà che in natura sarebbero difficilmente esistite e rimaste in vita.

Alla fine degli anni 60, nei laboratori del Comitato Nazionale per l'Energia Nucleare (CNEN), oggi Centro Casaccia dell'Enea, si cominciò a bombardare di radiazioni una pianta di Senatore Cappelli, che venne poi incrociata con altre varietà originando il grano Creso, registrato nel 1974. Questo grano si diffuse rapidamente dando vita ad altre cultivar coltivate ancora oggi in tutto il mondo. Il Creso è stato il progenitore di molte altre varietà a taglia bassa. Questo è stato uno dei passaggi fondamentali di quel grande sviluppo agronomico col nome di "rivoluzione verde", che va dagli anni 60 fino ai primi anni 90, caratterizzato dall'introduzione di cultivar più produttive, funzionali all'agricoltura industriale, più concimi chimici, diserbanti e pesticidi. In questo modo le rese del frumento sono aumentate enormemente, ma a quale prezzo?

Le cultivar prescelte sono tutte di piccola taglia, con culmi robusti capaci di sopportare concimazioni corpose e di adattarsi in modo esteso a diverse latitudini. Uno dei principali problemi rilevati dall'agronomo Salvatore

Ceccarelli come conseguenza della rivoluzione verde è proprio il culto in ambito scientifico dell'ampio adattamento, l'illusione cioè che si possa far fronte a problemi diversi con un'unica soluzione: il contrario della biodiversità!

È importante dirlo: non è che per forza si vuole prendere a modello il passato, in quanto il cambiamento, l'evoluzione, la dinamica della storia sono dati di fatto. Credo che sia fuorviante pensare che le varietà antiche siano un prodotto fuori dal tempo, o appartenenti ad una data cultura. La variabilità genetica di queste popolazioni testimonia in realtà un adattamento continuo alle condizioni ambientali e climatiche di un dato territorio.

“Antico” è un termine evocativo, in realtà non c'è niente di antico, in quanto stabile, l'evoluzione naturale si basa su incroci e cambiamenti in senso migliorativo (in questo senso agiscono le popolazioni evolutive di cui ho scritto precedentemente). Se, invece, ci affidiamo al “miglioramento genetico” mediante irradiazione operato dall'uomo e non dalla natura, per poter produrre grandi quantità ad ogni latitudine mediante l'uso di erbicidi, antiparassitari, concimi di sintesi, ammazziamo la biodiversità, generando mostri o alieni, come mi piace nominare i grani moderni!

Oggi, fuori dai tempi, o “antico” è in realtà quella concezione del mondo che continua a scommettere sulla quantità e non sulla qualità, chi si dimentica che la metà del cibo che viene prodotto finisce nella spazzatura, chi pensa che possa esistere un modello globale applicabile a tutte le latitudini, a prescindere da vie di comunicazione, carenze idriche ed energetiche, mancanza di istruzione.

Non è certo per pura casualità che nel mio girovagare in ambito regionale per aziende agricole, alla caccia di grani antichi o tradizionali, che dir si voglia, abbia incontrato genetisti, studiosi, ma soprattutto persone di larghe vedute, gli stessi agricoltori, che riconoscono l'urgenza di mettere in campo varietà meno bisognose di input energetici e meglio adattabili a sistemi di coltivazione biologica. Non esistono varietà perfette a prescindere dal tempo e dal luogo, non siamo obbligati a ripristinare e conservare in eterno varietà o popolazioni a bassa resa o suscettibili a

problemi colturali. Il miglioramento genetico rimane un punto fermo per molti agronomi e ricercatori e l'interesse principale, oltre all'adattabilità di alcune varietà, rimane quello di recuperare i vantaggi nutrizionali e le caratteristiche organolettiche di quelle cosiddette antiche, antecedenti la rivoluzione verde che impose spighe uniformi a taglia bassa per tutto il globo.

La sfida è duplice: si tratta da un lato di recuperare le proprietà nutrizionali sacrificate in nome della resa e della lavorabilità da parte dell'industria alimentare, dall'altro c'è la grande sfida che ci impone di rispondere ai cambiamenti climatici in atto, selezionando varietà che meglio si adattano ai diversi territori. Questa selezione viene operata non solo in laboratorio, ma direttamente in campo, grazie alla collaborazione attiva degli agricoltori.

Il modello di miglioramento genetico partecipativo ed evolutivo praticato dall'agronomo Salvatore Ceccarelli ha riportato la biodiversità, la proprietà e la gestione dei semi nelle mani dei contadini. Grazie all'enorme diversità e al fatto che in natura avvengono sempre degli incroci spontanei tra piante della stessa specie, il seme che si raccoglie non sarà mai uguale a quello che si è seminato. In altre parole, il miscuglio si evolve. Le varietà moderne sono tutte uniformi e non riescono ad evolversi e a adattarsi. Il genetista parte dal teorema fondamentale della selezione naturale: quando l'ambiente che circonda un organismo vivente cambia (naturalmente o per opera dell'uomo), quest'ultimo si evolve per adattarsi alle nuove condizioni. In definitiva la supposta resistenza degli OGM ai parassiti, alle infestanti ed alle malattie è solo temporanea, prima o poi perderanno tale resistenza poiché i parassiti si evolvono in modo molto dinamico. Inoltre, a causa dell'eccessiva importanza data alle alte rese, vi è stato un declino nelle qualità nutrizionali del cibo, che ha causato una vera e propria epidemia di obesità e diabete.

Esempi virtuosi di filiera in regione

Forno Calzolari

Situato a Monghidoro, il forno è attivo dal 1956. Il pane viene cotto a forno spento utilizzando il calore rilasciato dalla pietra refrattaria e fatto lievitare da "Gino", il lievito madre, che oggi ha 22 anni, ed esattamente 22 anni fa Matteo Calzolari decide di riallacciare i rapporti con gli agricoltori locali creando quella stretta rete di collaborazione, vitale per la sopravvivenza degli stessi sul territorio. Così i campi attorno al paese tornano a vivere e a risplendere in tutta la loro magnificenza dorata ogni inizio estate con distese di "grani alti", come li ha definiti Matteo: alti per caratteristica fisica, alti perché coltivati in montagna (800/900 m.), alti per nobiltà e ricchezza di valori, da quello nutrizionale a quelli a carattere sociale, ambientale e storico. Gli agricoltori seminano dunque nei loro campi varietà di grani antichi, in purezza, come l'Autonomia B (varietà toscana degli anni 40, ottenuta dall'incrocio di altri due grani della tradizione: Frassineto e Mentana), resistente al freddo invernale, adattabile ai diversi ambienti di coltivazione tipo collina e montagna, come pure seminano un miscuglio di 5 varietà: Ardito, Virgilio, Gentilrosso, Autonomia B, Fiorello, dando origine a una popolazione evolutiva. Ora, rispetto al ritrovamento in senso fisico di queste varietà antiche o tradizionali, i contadini mi hanno riferito che spesso e volentieri si ritrovavano sparsi "qua e là", nei campi incolti, nelle soffitte, nei fienili, semi che lì per lì essi stessi non riconoscevano, ma che, reimpiantati, davano origine a queste tipologie di grani alti. Il mulino di riferimento è il Mulino Foralossi, a Coniale di Fiorenzuola, un mulino in pietra, "vecchio" di 200 anni, situato direttamente sull'argine del Santerno, luogo incantevole, dove Marco Foralossi macina i grani provenienti dalle zone limitrofe.

Matteo, poi, ogni anno organizza il "Mangirò", un giro attorno al pane, tra i campi di grano alto, i boschi, per far conoscere il territorio, la storia del luogo e la riscoperta dei grani antichi; mentre, ogni due anni vi è "Forni e Fornai" un evento meraviglioso che richiama appassionati, agronomi, ricercatori e genetisti, che per due giorni si alternano tra passeggiate conoscitive nei campi e incontri in piazza...discutendo di biodiversità, biologico, sociologia e politica...semplicemente entusiasmante!

Società Agricola Orsi Federico Vigneto San Vito

Federico, ingegnere gestionale, coltiva con passione le sue terre in località Pragatto, Crespellano. Nato in Brasile, torna per riappropriarsi delle proprie origini. Appassionato di vino (buono veramente!), oltre ai vari vitigni autoctoni, che coltiva in biodinamica, semina parte del suo terreno a Farro monococco che poi consegna a Matteo Calzolari per la panificazione.

Azienda Agricola Tirli

Situata a S. Sofia, mi accoglie Paolo Marianini, perito agrario, che coltiva 36 ha di terreno in biologico. Semina Farro dicocco, Senatore Cappelli ed il “Bioadapt”, miscuglio (Virgo) a 5 varietà di grani antichi. (Il nome commerciale “Bioadapt” è stato dato dall’azienda sementiera biologica Arcoiris che seleziona e commercializza i semi). Paolo ha quindi dato origine alla sua popolazione evolutiva riseminando i propri grani adattatisi alle condizioni del terreno e dell’ambiente, e, con la trasformazione del magazzino agricolo in laboratorio, dal 2009 produce pane, biscotti, taralli, grissini, nonché pasta di Farro e Senatore Cappelli; nel 2009 ottiene l’investitura ufficiale di Slow Food. Si serve di due mulini: Molino Silvestri situato a Torgiano (PG) e Molino Pransani situato a Sogliano sul Rubicone (FC). Metà di questi prodotti vanno a rifornire i negozi locali, mentre la restante parte va ad arricchire la varietà alimentare dei mercati contadini di Cesena, Forlì, Castrocaro, Civitella di Romagna.

(Notizia fresca: a Forlimpopoli, nell’ambito della XXVII edizione della festa Artusiana, verrà consegnato al Molino Pransani in data 25 giugno 2023 il Premio ad honorem per l’impresa, e verrà ritirato da Stefano Pransani. Il riconoscimento viene tributato per aver continuato l’attività del mulino di famiglia, già attivo agli inizi del 900, mettendo al centro del progetto la macinazione lenta ed il rispetto della biodiversità, a favore della filiera corta, della produzione in biologico e dell’economia di territorio).

Azienda Agricola Shanti

Situata a Casina (RE) a 550 m. s.l.m., creata e gestita da Nino Cioffi e Luca Ferri dal 2014, avendo come motto: “il sole, il vento e l’acqua lo fanno per noi”, cioè il pieno rispetto della natura che li ospita. Sono riusciti infatti ad azzerare l’emissione di CO2 utilizzando energia elettrica ottenuta da sole fonti rinnovabili. La parola shanti in lingua sanscrita significa Pace, ed in effetti, arrivando alla loro azienda, non si può provare altro che un profondo senso di pace ed armonia con la natura. Dai loro 3,5 ha di seminativo a farro dicocco traggono la farina che trasformano in pasta nell’annesso laboratorio/negozio; per la macinazione si appoggiano all’ Antico Mulino Cadonega, un mulino a pietra situato a Viano, borgo antico, sempre sulle colline reggiane.

Azienda Agricola Zecchinelli Luca

Azienda a conduzione familiare nei pressi di Castel del Rio; tra i calanchi, Luca, la moglie Augusta ed i due figli poco più che ventenni, gestiscono i campi e non solo: allevano al pascolo una trentina di vacche. Nei loro terreni seminano in purezza il grano antico Solina, comprato in origine da un’azienda biologica abruzzese. Il Solina è un grano autoctono abruzzese, le cui origini, si può affermare, si perdono nella notte dei tempi. Già nominato, forse, da Plinio nella sua Storia Naturale, compare in modo esplicito negli atti di compravendita dei notai intorno al 1530, in occasione della fiera di Lanciano, una delle più importanti di allora. È un frumento della tradizione tenero, adattato al clima rigido di montagna e ad un terreno povero, costante nella resa, caratterizzato da spighe molto diverse tra loro, alcune gialle, altre rosse, cioè si distingue per la cosiddetta “biodiversità intrinseca”. Oltre al Solina, in azienda seminano il grano antico Senatore Cappelli, grano duro, recuperato in origine al mulino, donato cioè da un altro agricoltore, il Farro dicocco, semiduro, comprato

ed il grano tenero Spelta, avuto in origine da un amico. Possiedono un loro mulino in pietra e legno.

Azienda Agricola La Favola

Situata a Lesignano Bagni (PR), nella terra del Parmigiano, è un'azienda a conduzione familiare, lavorano insieme, nei campi e nella stalla, entrambi in biologico, nonni e nipoti. Seminano il San Pastore, selezionato nei primi anni del 900 dal genetista Nazareno Strampelli, frumento tenero dalla spiga scura, resistente e capace di produrre un chicco salubre e di facile macinatura. Producono per la filiera Progeo Molini, i chicchi arrivano al Molino Pransani dove si macina e si confeziona col marchio "Tre Grazie". Nomino questa ditta, la Progeo per l'appunto, anche se può sembrare fuori contesto, in quanto grande azienda, nata nel '92 dall'unificazione di cooperative dell'Emilia-Romagna, perché ha saputo mantenere un collegamento con la tradizione e mi ha permesso di poter consigliare ai miei pazienti una tipologia di prodotto sano, recuperabile sulle scansie della GDO.

Azienda Agricola Puro Petroniano

Si trova a San Gabriele di Baricella, l'azienda di Emil Mazzucchelli, che dopo una laurea in Economia, decide di coltivare i campi attorno al vecchio casolare dei bisnonni, circa 1 ha di terreno. Sceglie per la semina il grano antico Virgilio in purezza, varietà selezionata nei primi anni del 900 da Strampelli. Si tratta di un frumento tenero dal chicco biondo e spiga bianca che dà vita in macinatura ad una farina chiara anche se integrale. Emil ha dato vita ad una filiera più che corta, direi, rilevando un forno in via Saragozza, nei pressi del Meloncello, dove la sua farina viene trasformata in pane quotidiano.

Azienda Agricola Valtolla

Località La Costa di Morfasso (PC), a 600 m. s.l.m., Valtolla era il nome antico della vallata, ora Val d'Arda. L'azienda è gestita dal giovane figlio supportato dal padre, che verso la fine degli anni 90, alla mostra di frutti antichi, è riuscito ad avere disponibilità di Gentilrosso, varietà antica di fine 800. Seminato, ha raggiunto l'altezza di 1,80 m. ed in mezzo alle sue spighe ne sono state individuate altre, nere, appartenenti ad una varietà diversa. Da allora sono seguite altre semine di grani antichi in purezza e di miscugli (Grano del Miracolo, Autonomia B, Fiorello, Terminillo, Mentana...), dando origine a popolazioni evolutive comprendenti anche 17 varietà. La produzione è di 20/30 quintali per ettaro, senza concimazione.

Azienda Agricola Morara

In Val di Zena, in una terra di confine tra Pianoro e Monterenzio, delimitata da un contrafforte pliocenico, a 400 m.s.l.m., si trova l'azienda di Andrea Morara. Persona attiva e collaborativa, ha preso parte a vari progetti di ricerca con Giovanni Dinelli, Lucio Cavazzoni (Alce Nero, ora Good Land), Progeo. Nelle sue terre argillose ed aride, Andrea coltiva secondo natura, grano Terminillo in purezza (una selezione del 1907 di Strampelli), un miscuglio di grani antichi che ha dato origine ad una popolazione di grani evoluti negli anni (inizio circa 10 anni fa) che conta 13/14 varietà, grano Khorasan in purezza, grano Senatore Cappelli in purezza (selezione di Strampelli degli inizi 900 a partire da grani nordafricani), Farro monococco, Farro dicocco. La resa è di circa 20/25 quintali per ettaro.

L'ultimo progetto in cui Andrea si è attivato riguarda la resilienza e l'adattabilità dei grani alla carenza di acqua, in modo da ridurre l'impatto ambientale del cambiamento climatico sulle attività agricole.

In ultima analisi, vorrei ringraziare gli agricoltori e le rispettive famiglie che mi hanno accolto con affetto in questo mio girovagare per grani antichi. Ho conosciuto persone fantastiche, in grado di trasmettere l'amore e la passione che provano per il loro bellissimo lavoro.

...A chi chiedere aiuto? È desolato deserto il panorama.

Si faccia avanti chi sa fare il pane.

Si faccia avanti chi sa crescere il grano.

Cominciamo da qui.

Mariangela Gualtieri

Bibliografia

-Gabriele Bindi, Grani Antichi, Terra Nuova edizioni

-Salvatore Ceccarelli e Stefania Grando, Seminare il Futuro, Giunti Editore,
Slow Food Editore

