

L'alimentazione

Quando nacque il Regno d'Italia, un abisso continuava a separare l'alimentazione delle classi popolari da quella dei benestanti. Nel 1872 Agostino Bertani, medico e patriota, denunciò in Parlamento l'esistenza in Italia di «due razze di esseri umani: coloro che mangiavano pane bianco e coloro che mangiavano pane nero». La maggioranza degli italiani soffriva problemi di denutrizione, di sottoalimentazione o di *alimentazione monotona* (basata cioè su pochi principi nutritivi), e tale situazione si sarebbe protratta ancora a lungo, causando effetti disastrosi sullo sviluppo psicofisico di milioni di individui e favorendone la predisposizione e la minore resistenza alle malattie, in particolare a quelle infettive⁵.

⁵ Alcuni studiosi hanno recentemente rimesso in discussione la natura della connessione esistente tra livelli di nutrizione e mortalità, sia per la stretta retroazione tra i due fenomeni, sia per i collegamenti esistenti con la realtà economica e ambientale. Massimo Montanari ha scritto a questo proposito: «è certo accettabile affermare che la malnutrizione sia un elemento di aggravamento delle condizioni di sopravvivenza quando è associata ad altri fattori che favoriscono la diffusione delle infezioni e influiscono negativamente sul loro decorso (cattiva igiene, povertà, ignoranza). Ma al netto di questi fattori, il suo ruolo non è univoco, essendo nullo per alcune malattie, incerto e variabile per altre, sensibile e sicuro per altre ancora. In alcune patologie, poi, una insufficiente nutrizione sembra avere effetti antagonisti e quindi benefici» (M. Montanari, *La fame e l'abbondanza. Storia dell'alimentazione in Europa*, Laterza, Roma-Bari 1993, p. 68). L'interessante tesi illustrata da Montanari è che nelle infezioni di tipo batterico la malnutrizione accentua la malattia, in quelle parassitarie l'azione sinergica è già minore, mentre nelle infezioni virali l'azione sinergica equivale grossomodo a quella antagonista. Il legame tra la nutrizione e alcune celebri malattie del passato sarebbe stato dunque minimo o nullo: come nel caso della peste, della malaria, del vaiolo o dell'epidemia influenzale del 1918-19. Incerta sarebbe anche la relazione con altre patologie quali tifo, difterite e malattie respiratorie. In pratica, il rapporto tra alimentazione e maggiore facilità a contrarre infezioni esisterebbe, secondo questa tesi, solo in casi di livelli di malnutrizione elevati e improvvisi. Negli altri casi tale relazione non sussisterebbe o

Sino a buona parte del Novecento, la gran parte delle proteine assimilate dalle classi popolari italiane attraverso l'alimentazione derivò da sostanze vegetali, mentre l'apporto dei lipidi fu molto limitato e provenne in genere più dal consumo di condimenti grassi (olio di oliva, grasso di maiale, burro) che da quello della carne. Inoltre, tranne che in alcune aree (come quelle alpine) dove il consumo del latte era notevole, la popolazione soffriva spesso di un carente apporto di calcio, con gravi effetti sul sistema scheletrico. Un po' dappertutto si registravano poi sensibili carenze nell'apporto di vitamine e di sali.

Oltre ad essere particolarmente carente sotto l'aspetto qualitativo, l'alimentazione degli italiani era a tal punto diversa da luogo a luogo che le popolazioni della penisola si potevano identificare anche in base alle loro abitudini alimentari. Anche se con eccessiva semplificazione, in un testo del 1905 si legge ad esempio che:

il Napoletano viene designato, come tutti i meridionali, per un «mangiamaccaroni»; il Piemontese, come gran parte del Veneto e del Lombardo, per «magnapolenta»; e il Lombardo con tutta la Valtellina, per «mangiariso»; il Toscano per «mangiafagioli»; il Genovese per «mangiaminestrone col pesto»; il Trevisano per «pan e trippa», come il Milanese per «busecon», e via dicendo.⁶

Alimenti considerati immangiabili in alcune province erano apprezzati in altre: era il caso delle patate, che venivano consumate da milioni di

sarebbe attenuata dalla adattabilità dell'organismo umano alla mancanza di cibo.

⁶ A. Cugnet, *Il ventre dei popoli*, Torino, 1905, p. 489. Filippo Bottazzi e Gaetano Jappelli scrivevano nel 1910: «L'alimentazione del popolo italiano [...] è caratterizzata da una grande varietà di regimi, che sono diversi da provincia a provincia e, non di rado, da comune a comune. Né questa particolarità riguarda soltanto l'alimentazione popolare, ma si estende anche alla maniera di alimentarsi delle classi agiate, di guisa che non v'è altro paese di Europa, nel quale ci siano tante *diverse cucine*, quante in Italia. La varietà dianzi notata risulta già dal fatto che in ogni parte d'Italia il popolo ha il suo alimento fondamentale caratteristico, come il riso in Lombardia, la polenta nel Veneto, i fagioli nella Toscana, le paste alimentari nel Mezzogiorno d'Italia e nella Sicilia. Dicasi altrettanto dei

italiani (soprattutto nelle zone di montagna) mentre in alcune aree (ad esempio in molti comuni emiliani) continuavano ad essere considerate cibo per animali. Era anche il caso dell'orzo, che veniva diffusamente adoperato per la panificazione in alcuni comuni (in particolar modo nel Salento), mentre in altre parti d'Italia non era utilizzato neppure durante le carestie. Alcuni alimenti erano però conosciuti e apprezzati ovunque e tra essi il più importante era senza alcun dubbio il pane.

condimenti grassi, che sono rappresentati quasi esclusivamente dal burro nell'Italia settentrionale, dallo strutto di maiale e dall'olio nel Mezzogiorno d'Italia e nell'Italia insulare» (Filippo Bottazzi, Gaetano Jappelli, *Fisiologia dell'alimentazione con speciale riguardo all'alimentazione delle classi povere*, Vallardi, Milano 1910, p. 228).

Dacci oggi il nostro pane

Che il pane costituisca un alimento fondamentale per gli italiani è un dato che di per sé può apparire ovvio. Ma la vistosa diminuzione che si è registrata nel consumo di questo alimento a partire dal secondo dopoguerra rende necessario sottolineare l'eccezionale importanza che il pane ebbe nell'alimentazione popolare sino alla seconda guerra mondiale.

Alcuni lavori statistici realizzati tra la seconda metà dell'Ottocento e la prima del Novecento ci offrono dati molto interessanti a questo riguardo. *L'inchiesta sulle condizioni igieniche e sanitarie dei Comuni del Regno*, pubblicata nel 1886, calcolò in 700 grammi la quota giornaliera di pane consumata da un operaio adulto del Nord (dove era molto diffuso il consumo della polenta di granturco) e in 900 grammi il consumo giornaliero di pane nel resto d'Italia⁷. Nel 1910 Filippo Bottazzi e Gaetano Jappelli, studiosi dell'alimentazione umana, effettuarono una ricerca sui contadini pugliesi e su quelli della penisola sorrentina, dalla quale emerse che i primi mangiavano quotidianamente tra un chilo e un chilo e mezzo di pane, mentre nella penisola sorrentina la media quotidiana era di un chilo e mezzo di pane il giorno, equamente diviso tra colazione, pranzo e cena⁸. Nel 1940, l'Istituto Nazionale di Economia Agraria stimò il consumo medio giornaliero di pane per ogni uomo in età lavorativa in 1246 grammi nell'Alto Adige, tra i 750 e i 900 grammi in Toscana, in un chilo nella zona del Trasimeno in Umbria⁹. In pratica, sino a soli cinquanta-sessanta anni fa, non era raro che un italiano adulto appartenente alle classi popolari

⁷ *Risultati dell'inchiesta sulle condizioni igieniche e sanitarie dei Comuni del Regno*, 3 voll., Roma, 1886.

⁸ F. Bottazzi, G. Jappelli, *Fisiologia dell'alimentazione*, cit.

⁹ Ugo Giusti, *Aspetti di vita rurale. Relazione riassuntiva delle monografie*, in *Istituto Nazionale di Economia Agraria, Studi e monografie. Monografie di famiglie agricole*, n. 14, Roma 1940.

mangiasse anche un chilo di pane il giorno, almeno quando le proprie condizioni economiche glielo permettevano.

Il pane è stato pertanto almeno sino agli anni Quaranta del nostro secolo l'alimento fondamentale per la popolazione italiana. Significativamente l'*incipit* della testimonianza di un contadino romagnolo al quale si chiese di rievocare le proprie condizioni di vita nel primo Novecento fu: «tutto per noi era preoccupazione, ma il pane era la base principale, se non avevi il pane!»¹⁰. La mancanza del pane significava che si era in tempi difficili ed era in grado di scatenare anche delle rivolte popolari spontanee. Non a caso in ogni parte d'Italia a questo alimento erano associati dei proverbi quali «a gran fame, pane», «triste un giorno senza pane», «ordine pane, disordine fame» e così via, nelle loro innumerevoli varianti dialettali.

Mentre oggi noi siamo abituati a consumare il pane soprattutto per accompagnare altri alimenti, sino al secondo dopoguerra il pane non solo accompagnava tutte le pietanze, ma era per gli italiani di per sé un alimento a tutti gli effetti, anzi era l'alimento principe. Poteva essere mangiato da solo (*pane e coltello* si diceva ad esempio in Calabria e in altre parti del Mezzogiorno, per intendere che oltre al pane molte persone non avevano altro che il coltello per tagliarlo) o condito con olio, sale, cipolle, pomodori, olive, formaggio, frutta o altro ancora. Quando era divenuto troppo duro era inzuppato in brodi, minestre, latte, o in semplice acqua, oppure veniva bollito nell'acqua per poi essere condito con olio e sale (si otteneva così il *pancotto*, significativamente definito in qualche parte d'Italia, come in Sicilia, la *zuppa dei poveri*), o era mangiato in briciole scorticandolo con un coltello o semplicemente con i denti. Esisteva un alone di sacralità intorno alla preparazione e al consumo di questo alimento (che oltre tutto rappresenta l'Eucarestia per i cattolici), che portava, ad esempio, a

¹⁰ Maria Grazia Feletti, *La memoria del pane. Vicende alimentari di un paese: Sant'Alberto di Ravenna*, Bologna 1981, p. 32.

imprimere un segno di croce sull'impasto, a evitare che il coltello adoperato per tagliare il pane rimanesse infisso nella pagnotta o che il pane fosse poggiato sulla tavola all'incontrario. Per questa stessa ragione quando un pezzo di pane cadeva a terra veniva prontamente raccattato e baciato, per poi essere mangiato, consuetudine che è rimasta a volte ancor oggi, specie nelle generazioni più anziane.

È il caso però di chiedersi che cosa si intendesse precisamente in quegli anni con il termine «pane». Nell'Italia appena unificata il pane consumato dalle classi popolari era in genere il prodotto di una miscela di diversi farinacei. Il tipo più diffuso era quello preparato con farina di mais e di grano (la prima in prevalenza sulla seconda)¹¹. Ma, secondo le località, numerose altre piante potevano entrare nella composizione del pane: la segale, l'orzo, le castagne, le patate, diversi tipi di legumi, l'avena, il grano saraceno, la risina (il riso di scarto ridotto in frantumi), persino il miglio e le ghiande. Perlopiù, le farine ricavate da questi vegetali venivano miscelate con quelle di mais e di frumento, ma le persone più povere si cibavano spesso di pani che non contenevano né grano né granturco e l'uso di questi pani si diffondeva particolarmente negli anni di penuria: «in tempo di carestia pane d'orzo; necessità abbassa nobiltà» recitava un detto popolare siciliano.

Il *pane bianco*, fatto col solo frumento, veniva mangiato solo dai ceti abbienti e da parte di quelle popolazioni che vivevano nelle grandi città o

¹¹ Il mais, pianta introdotta dall'America (insieme alla patata, al pomodoro e a molte altre specie vegetali), si era diffuso nel Settecento, specie dopo che le carestie di quel secolo avevano vinto le resistenze dei contadini nei confronti delle nuove piante introdotte dall'America. Dove vigevano contratti del tipo a mezzadria i proprietari dei terreni tesero a impossessarsi della maggior parte del raccolto di grano perché era un genere più facilmente commerciabile. Al contadino rimase dunque per la sussistenza sua e della propria famiglia il mais, che veniva utilizzato al Centro-Nord soprattutto per fare la polenta, mentre nel resto d'Italia era utilizzato come componente principale del pane, accompagnato dal frumento.

da quelle che risiedevano in zone dove la coltivazione del grano era particolarmente diffusa: come le aree di pianura e collina del Piemonte, le zone più ricche della Toscana, le province di Roma e di Napoli, quelle di Foggia e di Bari, alcune aree lucane, la Sicilia (tranne le province di Catania, Messina e Palermo) e la Sardegna.

Il *pane bianco* rimaneva dunque nella seconda metà dell'Ottocento un lusso per la maggioranza degli italiani. Un'inchiesta governativa condotta negli anni Ottanta del secolo XIX rilevò che in 1178 comuni italiani il consumo di frumento era «scarso» e in altri 1700 era limitato ai giorni festivi o ai «casi eccezionali», come potevano essere le malattie¹². In Calabria si diceva sino a qualche anno fa «è a pane de ranu» (vale a dire «mangia pane di frumento») per indicare una persona in fin di vita, alla quale si riservavano particolari attenzioni, tra le quali appunto quella di fargli mangiare del pane bianco¹³. La situazione non era diversa dall'altro capo dello stivale: in Lombardia, ad esempio, «il pane di frumento [era] considerato quale una leccornia ed un privilegio dei malati, e talora delle puerpere»¹⁴.

Col passare degli anni la situazione andò però progressivamente a migliorare. Nel corso del primo Novecento, il pane di solo frumento

¹² *Risultati dell'inchiesta sulle condizioni igieniche e sanitarie dei Comuni del Regno*, cit.

¹³ Cfr. Vito Teti, *Il pane, la beffa e la festa. Cultura alimentare e ideologia dell'alimentazione nelle classi subalterne*, Guaraldi, Rimini-Firenze, 1976, p. 268. Nel Mezzogiorno si usava anche dire «donna di pane bianco» per indicare una donna appartenente a un ceto altolocato. Pasquale Villari, nelle *Lettere meridionali*, scrisse: «in alcune delle nostre province, *esser messo a pane grano*, significa esser vicino a morire [...] perfino nel linguaggio si è stampata in eterno la storia delle nostre vergogne» (P. Villari, *Lettere meridionali*, in *Scritti sulla questione sociale*, Firenze 1902., p. 470).

¹⁴ Rinaldo Anelli, *Il circondario di Abbiategrasso*, in *Inchiesta agraria e sulle condizioni della classe agricola*, Forzani, Roma 1880-85, vol. VI, tomo I, fasc. II, p. 559.

divenne per la prima volta in molte zone d'Italia un alimento consueto per le masse popolari, come attestano, oltre all'*inchiesta Faina*, anche l'aumento della produzione interna di grano (che passò dai trentasei milioni di quintali del 1880 ai circa cinquanta del 1913, con un progresso del 39%, a fronte di una crescita demografica pari nello stesso periodo all'incirca al 23%) e il parallelo incremento delle importazioni di frumento dall'estero (che in quegli anni provenivano soprattutto dalla Romania e dalla Russia). Anche nelle aree più isolate e diseredate del paese, dove il *pane bianco* continuava a rimanere un lusso per le classi popolari, si registrarono in genere dei miglioramenti nella panificazione, con la diffusione dell'utilizzo della farina di mais al posto di quelle di legumi, castagne, orzo, patate e segale.

Una brusca interruzione della lenta ma progressiva diffusione del pane di frumento (e più in generale del miglioramento dell'alimentazione popolare, che aveva nella diffusione del pane di frumento uno degli aspetti più significativi) si verificò negli anni della prima guerra mondiale e del primo dopoguerra. In quel periodo infatti la produzione agricola diminuì per effetto della carenza di braccia lavorative provocata dalla chiamata alle armi (solo parzialmente compensata dal ricorso alla manodopera femminile), mentre il numero elevato dei paesi coinvolti nel conflitto rese difficile trovare nazioni dove acquistare vettovaglie, senza considerare i problemi del trasporto in tempo di guerra: nella primavera del 1917 gli affondamenti, avvenuti a distanza di pochi giorni l'uno dall'altro, di tre piroscafi che trasportavano quasi 300.000 quintali di grano destinati all'Italia centrale e meridionale, rese ad esempio impossibile la panificazione in diverse località, specie nella Calabria. Lo spettro dell'assenza del pane, dell'alimento per eccellenza, si concretizzò nuovamente: i più anziani cominciarono a paragonare la situazione di quegli anni a quella delle carestie del primo Ottocento, di cui avevano sentito parlare dai propri padri. La mancanza di cibo (e in particolare

proprio dell'alimento per eccellenza: il pane) fu la causa principale di alcune sommosse popolari, come quelle che si verificarono nell'agosto del 1917 a Torino, quando al grido di «pane, pane», migliaia di torinesi (soprattutto donne che avevano i mariti al fronte) tumultuarono per cinque giorni nonostante l'intervento di forze dell'ordine e militari¹⁵.

Ma già dagli anni Venti il processo di miglioramento delle condizioni alimentari - e con esso la diffusione del pane di frumento - riprese il suo corso. Nel 1926 Luigi Messedaglia, uno dei pochi storici dell'alimentazione che l'Italia ha avuto nella prima metà del ventesimo secolo, nel concludere un rapido excursus sull'evoluzione del regime alimentare delle classi rurali italiane dal '700 ai suoi giorni, scrisse:

E dopo la guerra? E oggi? Non c'è bisogno di ragionamenti, o di dimostrazioni. Chiunque abbia pratica della vita dei campi sa benissimo, che i contadini continuano a vivere meglio di un tempo, e che assai migliorato è il loro vitto. Il nostro contadino, la cui dieta giornaliera constava di molta polenta di mais, di qualche verdura e di misere minestre, oggi, pur usando tuttavia del mais, consuma buon pane di frumento, uova, latte e latticini, e carni. La sua dieta è sempre frugale: ma la carne non è più, per lui, come una volta, un alimento puramente di lusso, riservato a qualche raro giorno di sagra.¹⁶

I miglioramenti dell'alimentazione contadina ai quali faceva cenno il Messedaglia si verificarono negli anni che intercorrono tra le due guerre

¹⁵ Giovanni Parodi, che fu poi dirigente dell'occupazione delle fabbriche del 1920 nel capoluogo piemontese, rievocando quel periodo scrisse che sulle porte e sulle saracinesche dei negozi venivano affissi cartelli con le scritte: «oggi non c'è pane», «oggi non c'è burro», «oggi non c'è pasta» (G. Parodi, *La classe operaia torinese e la guerra*, in *Trent'anni di storia italiana (1915-1945). Dall'antifascismo alla Resistenza*, Einaudi, Torino 1961, p. 19). Lo stesso Antonio Gramsci fu testimone diretto di questi avvenimenti e scrisse: «è certissimo che i fatti furono spontanei e dovuti alla mancanza di pane prolungata, che negli ultimi dieci giorni prima dei fatti, aveva determinato la mancanza assoluta di ogni cibo popolare (riso, polenta, patate, legumi, ecc.)» (riportato in *La guerra 1914-1918*, a cura di Leopoldo Marchetti, Publital Editrice, Milano 1964, pp. 175-176).

¹⁶ L. Messedaglia, *Agricoltura e alimentazione dei contadini. Storie vecchie e fatti nuovi*, Premiate officine grafiche C. Ferrari, Venezia 1926, p. 34.

mondiali. Essi furono documentati dai risultati di una vasta ricerca che l'Istituto Nazionale di Economia Agraria condusse in tutta Italia tra il 1931 e il 1939 e che portò alla pubblicazione di ben sedici volumi dedicati alle *Monografie di famiglie agricole*¹⁷. Questa indagine evidenziò l'aumento dei consumi di frumento in molte aree dove il mais aveva spadroneggiato nella dieta delle classi rurali sin dal Settecento: ad esempio in diverse zone del Lazio, dell'Umbria, della Romagna e del Trentino (in quest'ultima regione il frumento non riusciva però ancora a subentrare alla segale come cereale più consumato)¹⁸.

Il pane di grano che man mano trovava una più ampia diffusione tra le classi popolari, restava comunque ben diverso rispetto a quello prodotto per le classi agiate e benestanti. Quest'ultimo era difatti ben lievitato, soffice e dotato di una mollica bianca. Quello mangiato dalle classi lavoratrici era

¹⁷ I risultati dell'indagine condotta dall'INEA sono sintetizzati da Ugo Giusti, in *Aspetti di vita rurale*, cit. Il Giusti utilizza in questa suo scritto anche altre tre monografie della stessa serie rimaste inedite, quattro pubblicazioni realizzate tra il 1930 e il 1939 e altri dodici lavori - riguardanti sempre queste tematiche - realizzati negli anni precedenti. Tutti questi dati sono stati comunque da noi valutati con grande cautela, considerando l'intento auto-glorificatore spesso presente nelle inchieste realizzate nel periodo fascista.

¹⁸ Va però ricordato che a fronte di un complessivo miglioramento del regime alimentare dei contadini, e particolarmente di quelli dell'Italia del Centro e del Nord, si verificò una tendenza al peggioramento delle condizioni di nutrimento della piccola borghesia. Lo stesso Messedaglia scriveva che al miglioramento dell'alimentazione dei contadini si contrapponeva il peggioramento del regime alimentare delle classi borghesi a reddito fisso. In altre parole, anche nel campo della nutrizione, la Grande Guerra colpì in particolar modo la piccola borghesia, che vide limitata la sua possibilità di acquisto di beni, a cominciare ovviamente da quelli alimentari. Occorre a questo proposito tener conto anche del fatto che chi viveva in città era costretto ad acquistare la maggior parte delle derrate alimentari nei negozi o nei mercati, per cui scontava pesantemente le conseguenze dell'inflazione. Al contrario le classi rurali continuavano ad acquistare poche provviste dai negozianti, affidandosi piuttosto all'auto-sussistenza e agli scambi in natura.

invece solitamente mal lavorato, poco lievitato e dalla mollica non perfettamente bianca, perché al momento della setacciatura del grano si eliminava solo la crusca più grossa, lasciando quella più fine, il cosiddetto *cruschello*. Ne risultava perciò un pane con una mollica compatta, che assorbiva più acqua, dal sapore leggermente acidulo¹⁹.

Sino al primo Novecento, nelle campagne si continuò spesso a impastare il pane in casa (dopo aver portato il frumento o il mais al mulino per ottenerne la farina), per poi cuocerlo nei forni comuni che erano presenti in molti paesi, anche se alcune abitazioni contadine - specie nelle zone più isolate - erano provviste di un proprio forno. Generalmente si panificava ogni sabato, in forme circolari del peso di un paio di chili, ma le diversità da zona a zona erano notevoli. A volte l'intervallo tra una panificazione e l'altra era di qualche settimana, altre volte di qualche mese, come accadeva ad esempio in Val d'Aosta e in diversi paesi montani del Piemonte e della Calabria. In questi ultimi casi il pane, dopo che era passata qualche settimana dalla sua preparazione, poteva essere consumato solo dopo essere stato inzuppato in acqua (come accadeva in Calabria) o in latte scremato o siero di latte (come invece succedeva in Piemonte e Val d'Aosta) o in brodi e minestre, oppure se ne faceva *pancotto*. In qualche caso si sfornava del pane biscottato, in modo che risultasse mangiabile per un lungo periodo di tempo²⁰. Anche il peso del pane differiva da zona a zona e

¹⁹ La situazione fu ancora peggiore ulteriormente negli anni in cui venne imposta la tassa sul macinato, perché «i mugnai, per la sete di guadagnare, ossia per macinare la maggior quantità di questa derrata con minor numero di giri del contatore, adattavano la macina in modo che il granello più che in vera farina era ridotto in tritume, e per tal modo male si stemperava in paniccia, riusciva ingrato a mangiarsi, di difficile digestione e poco nutritivo» (Ercole Ferrario, *Il circondario di Gallarate*, in *Inchiesta agraria...*, cit., vol. VI, tomo I, fasc. II, p. 519).

²⁰ L'uso di pane biscottato era particolarmente esteso nelle aree interne della Sardegna, dove il pane consumato dai pastori nomadi (chiamato a seconda delle zone *carasau* o *carasadu* o *assadu* o *assattu* oppure in altri modi ancora) veniva conservato per settimane e settimane in una sacca di

in non poche località si sfornavano forme di pane del peso anche di cinque o sei chili.

Alla base sia dell'allungamento dell'intervallo tra una panificazione e l'altra che dell'usanza di sfornare pani di maggior peso c'era spesso la miseria, perché in questo modo il contadino riusciva a risparmiare il legname per alimentare il suo forno o, se ne era sprovvisto, qualche soldo sul compenso da dare al fornaio. A volte a realizzare pani di grosse dimensioni e poco cotti, per consumare una quantità minore di legna, era lo stesso panettiere:

questi come il mugnaio si paga da sé colla pasta che gli è data a cuocere, o col dare quantità di pane minore del grano ricevuto. [...] Ma almeno quelle povere libbre fossero buone! Se non che, anche il panettiere non meno del mugnaio, ingordo di guadagno onesto od illecito che sia, cura di avvantaggiarsi più di quello che in giusta proporzione dovrebbe, si studia di dare 18 libbre di pane, senza impastare la corrispondente quantità di farina; e vi riesce, facendo i pani in forma grossissima, e governando il fuoco in modo che ne cuocia bene solamente la corteccia e vi rimanga molta midolla, e questa si molliccia, che se non fa acqua è tuttavia poco più che pasta coagulata, come quella che fu sfornata mentre aveva poca cottura.²¹

A causa dunque della miseria della gente o della disonestà dei panettieri, questi pani risultavano poco cotti all'interno, di modo che già

pelle. Si trattava di un pane biscottato più sottile rispetto a quello prodotto in altre regioni d'Italia, di modo che quando veniva mangiato scrocchiava a tal punto in bocca che qualche visitatore straniero lo chiamò *carta da musica*.

²¹ R. Anelli, *Il circondario di Abbiategrasso*, cit., pp. 567-68. Erano anche frequenti vere e proprie adulterazioni che avvenivano nelle diverse fasi della lavorazione del pane. Mugnai e venditori di farina di frumento aggiungevano a questa per aumentarne il peso sostanze di origine vegetale (farine di legumi, o di mais bianco, o di patate o di altri cereali ancora) o minerale (soprattutto gesso, carbonato di calcio, solfato di bario, allume, solfato di zinco), oppure bagnavano la farina favorendone l'ammuffimento e gli attacchi da parte di insetti, larve e vermi. Molteplici erano anche le adulterazioni perpetrate dai panettieri, soprattutto da quelli di città, «quale sarebbero il mettere la sottile polvere di marmo od altre sostanze terrose nel pane per aumentarne il peso, l'allume per renderlo bianco, la schiuma di sapone per farlo più poroso, ed infine l'acqua di mare per risparmiare il

uno o due giorni dopo la loro preparazione cominciavano a inacidire e ad ammuffire.

sal marino» (A. Spatuzzi, L. Somma, *Saggi igienici e medici sull'alimentazione del popolo minuto di Napoli*, Stamperia Università, Napoli 1863, p. 55).