

Casu marzu, Pan'ispeli, Tzilipirke...

.....usanze e problemi ancestrali, nuovamente attuali

Pan'ispeli: ai limiti della geofagia

M Manca e S Mele · ° · k · 7

Nuoro, Venerdì 24 Giugno 2022

INTRODUZIONE

Ma che cos'è su *Pane 'e Ispeli*?
È il nome con cui veniva indicato a Villagrande il così detto “Pane di ghiande” conosciuto anche come *Pane 'e Lande* (Urzulei) e xxx,..../Usai 1969.

di cui molti avranno sentito parlare se non altro perché
In qualche modo evocato a fine '800 nei famosi versi di Peppino Mereu in una delle sue poesie più note, *Nanneddu meu*



I MOTIVI DI INTERESSE

Trattasi di un alimento che da tempo suscita particolare interesse Per motivi riconducibili a diverse sue **peculiarità**:

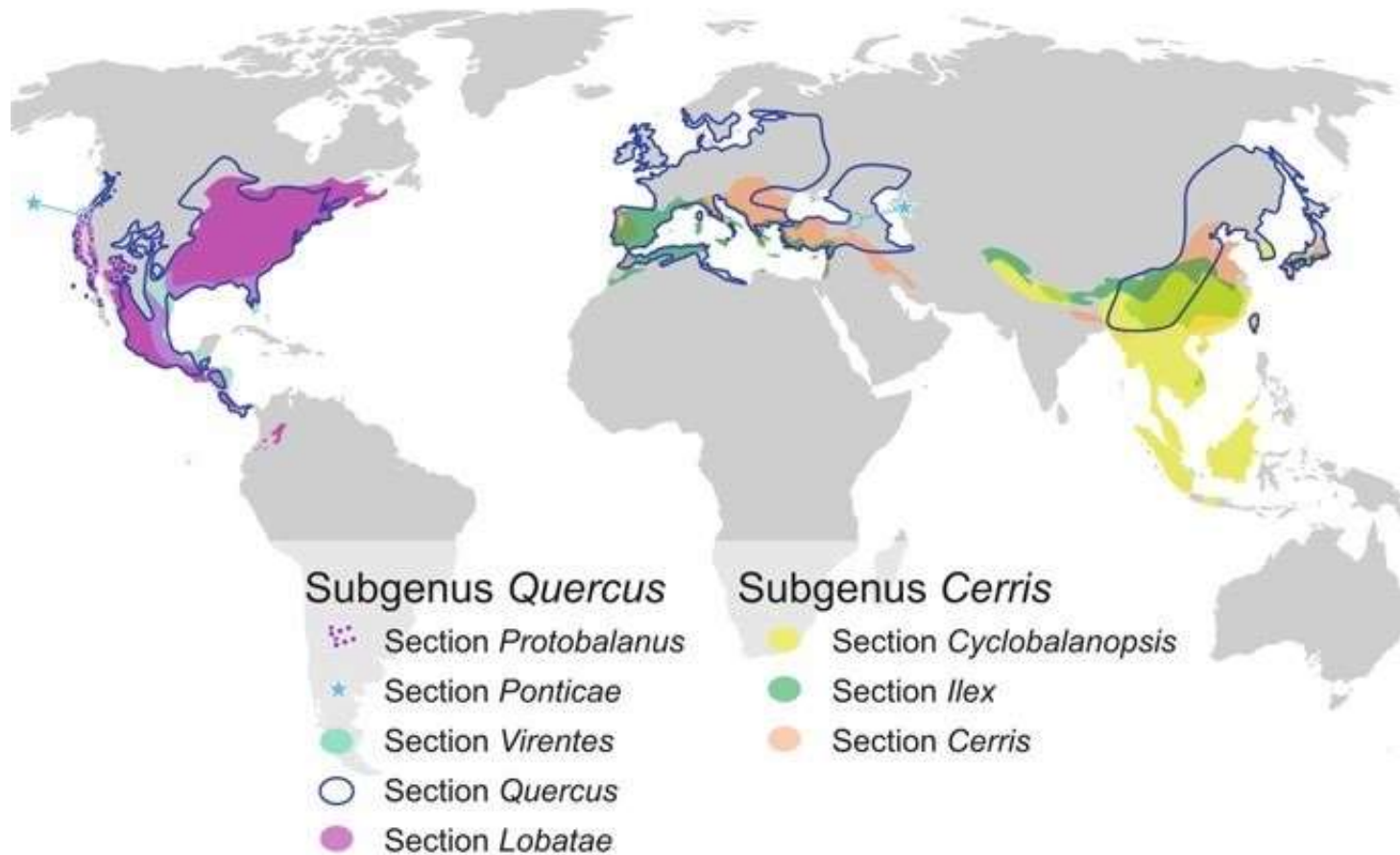
prima fra tutte l'apparente originalità **degli ingredienti**: ghiande, argilla e talora cenere;

la **rarietà** (limitata area di produzione);

ed infine le **procedure di preparazione**, cui secondo diversi autori v'è, o andava, attribuito, anche un valore rituale/sacro.



LA BALANOFAGIA



WORLDWIDE DISTRIBUTION OF OAKS

Subgenus and sections based in the new taxonomic reviews of Denk et al. (2017).

Image by Manos (2016).

IL PANE DI GHIANDE

Di preparazione di un vero e proprio pane a partire a partire dalle ghiande parla **Strabone** (geografo, storico e filosofo greco, [60 a.C.-21/24 d.C](#)) che ne riporta l'Uso nella penisola Iberica, descrivendo gli usi e costumi dei lusitani: (Geografia,- Volume 2/Libro III/Capitolo III).

I montanari mangiano ghiande di quercia due terze parti dell'anno: dopo averle fatte seccare le pestano, le macinano e ne fanno farina che poi riducono in pane da potersi conservare gran tempo.

Ancora citato dagli autori greci che ne riportano l'utilizzo presso Sparta, Chio, etc.

Anche la **Bibbia**, cita l'alimento in un passo in cui Enoch, ne insegnava la preparazione ai Nabatei



Strabone, incisione del XVI secolo

IL PANE DI GHIANDE SARDO E LA GEOFAGIA

Del pane di ghiande preparato in **parla , nel primo secolo dopo Cristo**, **Plinio il Vecchio** (Gifford ,1936).

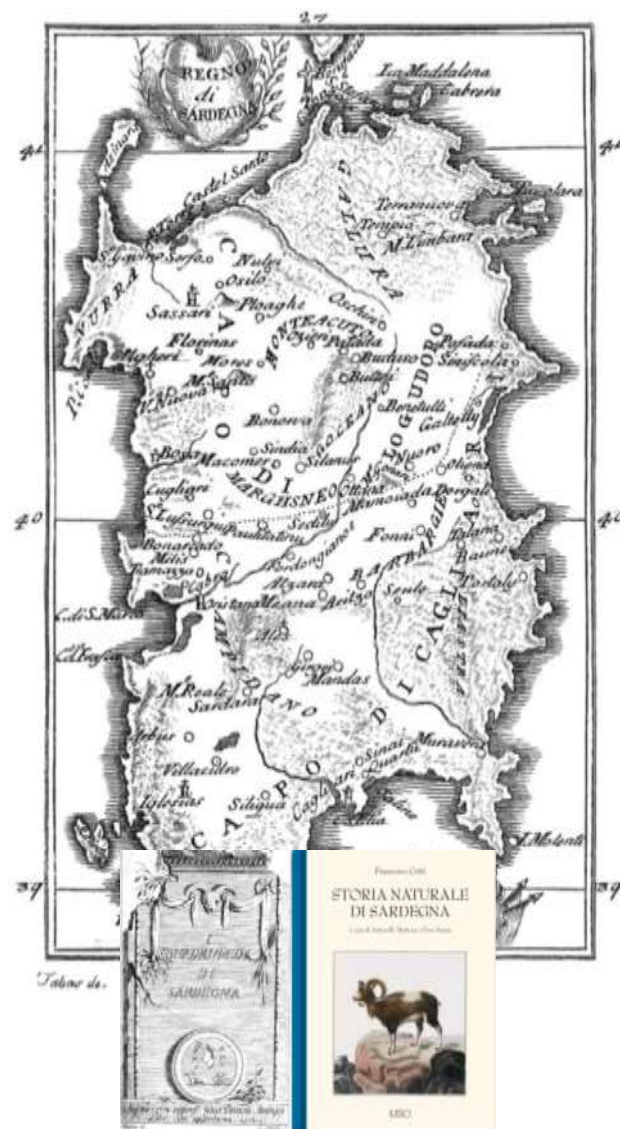
Di questo Pane, parlò anche Prudenzio, (Usai, 1969), [348](#)– post [405](#) d.C. indicando come in tempi di carenza di cereali fosse stato importato dalla Sardegna a Roma e dintorni per sfamare la popolazione della città.



LA RISCOPERTA

Il **Gesuita Francesco Cetti** nel 1774, ne il libro “I quadrupedi della Sardegna”, appartenente all’opera *Storia Naturale di Sardegna* (1774-78),

Un pregio particolare ha il leccio in Sardegna rendendolo ancora immediatamente utile agli uomini per quel servizio medesimo, per cui ne fu già benemerita l’antica selva di Dodona. Ciò succede nell’Oliastra, provincia ricca di metalli, e atta alle fucine, ma poco idonea all’aratro; perciò la materia del pane vi si coglie dagli alberi. Quegli abitatori ne sono contenti, e nelle loro ghiande ridotte in polta trovano un mangiar dolce, che li fa indifferenti al vicin frumento eccellente. Strano è che in tanta vicinanza, quanta ve n’è dall’Oliastra al Campidano si costumino tanto estreme materie di pane, la ghianda, e il frumento.



LE CRITICHE.....

Non è in tanta stima la farina dell'orzo per pane, siccome per minestra, fresca e salutarevole, massime d'estate.

Ne i villaggi di montagna la povera gente mangia di questo pane in mancanza di frumento, e non pane di ghianda, come scrive qualche autore forestiere male informato, e se fosse un rustico poverino ammassa delle ghiande fresche convertendole in pasta, o pane costretto dalla fame, non si deve di ciò far merito..

Andrea Manca dell'Arca, 1780



Agricoltura di Sardegna,
Napoli nel 1780.

LA DIFESA.....

Che in Sardegna si mangi pan di ghiande è arrivato nuovo a molti in Sardegna medesima, e neppure si è voluto credere da alcuni, li quali avvezzi al pan di Pirri non sanno concepire, come in distanza da ivi di un solo paio di giornate si mangi e si viva non solo d'altro pane, ma d'un pane, che non sembra pan da uomo, e pare fatto piuttosto per uccidere che per alimentare.

No ho però io affermato cosa incerta, e tanto è vero quanto io dissi, che sono a portata di nominare ad uno ad uno i villaggi, ove si fatto pane si costuma; e ne so la ricetta, ed io medesimo l'ho veduto coi miei occhi, e trattato colle proprie mani. Appello adunque in testimoni Baunei, Triei, Ursulei, Talana, Villa grande Strissaili, Villanova Strissaili, Arsana, Mannurri, Gairo, Osini, Iersu, Massai. Tutti questi villaggi attestino, se fra loro si costumi tuttavia il pan della selva di Dodona o no. Ed ecco medesimamente con qual processo esso pan si allestisce. Primieramente la ghianda si monda diligentemente, indi essa si fa bollire in acqua schietta infin che s'ammolli; ammollita che sia la ghianda si getta fuori l'acqua della prima bollitura, e la ghianda si fa ribollire in un'acqua, in cui anticipatamente sia stata stemperata terra rossa. Sopra questa seconda bollitura si versa lisciva fatta con legno di sermento o di leccio, e la ghianda stracotta si precipita al fondo della caldaia. Allora si passa a farne pane; cioè masse di 4 in 6 once, che bastano per due mesi. La sola sposizione de' componenti spaventa, ma molto più spaventa la vista del pane, che è nero quanto un carbone. Nondimeno esso si usa, ed è per una buona parte dell'anno il rigoroso pan quotidiano de' villaggi nominati. Sembra però che un sì bel monumento de' tempi primitivi corra pericolo di abolirsi. Odo, che quei forti stomachi principiano a lodar troppo il frumento; e a misura che ne abbondano rinunciano alla ghianda. Baunei solo rimane più costante, e poco ancora si è smosso dal suo costume; ed è veramente Baunei un popolo de' più singolari al mondo, un vero pezzo di mondo antico.

E I NUOVI INASPETTATI DETRATTORI.....

nel 1826 ne parlò il de la Marmora nel primo volume del suo viaggio in Sardegna, che ne con toni poco entusiastici definendolo

un alimento ripugnante...che con tutta evidenza produce effetti nocivi sugli abitanti di queste zone.

E LE CONFERME DI STUDIOSI E VIAGGIATORI

Lo scrittore Vittorio Angius (1797-1862) , parlando di Baunei affermava che: sebbene

...non sia il solo in Sardegna che mangi pane di ghianda è però il solo in cui più comune ne sia l'uso e più continuato con ciò sia che per la maggior parte dell' anno non si alimentino di altro Il singolar modo..... Le donne baonesi ne portano in altri paesi principalmente in Tortoli e lo vendono più caro che se fosse di farina scelta Se ne manda in dono e si pregia come una cosa singolare

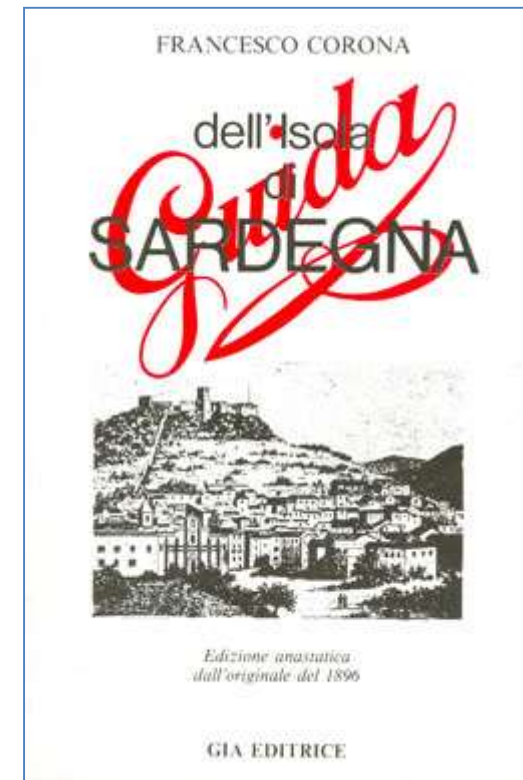


G.Casalis Dizionario geografico storico-statistico-commerciale degli Stati di S. M. il Re di Sardegna 1833-55

UNA CURIOSITÀ PER TURISTI

Un esempio tra tutti quella di Francesco Corona, Guida dell'isola di Sardegna, del 1896, dove nel parlare del territorio di Tortoli apre una parentesi per segnalare una "Specialità"

A Baunei, Ursulei e Talana mangiasi il pane di ghiande, erroneamente creduto impastato con l'argilla, mentre è solo coll'acqua, in cui si bagna un panno pieno d'una terra rossiccia, quivi detta trocco, contenente ossido di ferro che la colorisce e dolcifica, rompendo la naturale asprezza delle ghiande. Questo pane vi si mangia da Novembre ad aprile; esso è nero, d'un dolce nauseante come la manna, ma assai gustoso a quei montanari, che vi fanno talmente il palato che lo preferiscono al pane di granone...



GLI STUDI

1921 Anche Max Leopold Wagner in *La vita rustica della Sardegna rispecchiata nella sua lingua* (pubblicato in Germania nel 1921) parla del Pan'Ispeli

*Solo in pochi gi villaggi dell'isola, tra i più poveri, e i più remoti, a Banuei, Triei, Urzulei, Talana, villagrande Strisaili e nella vallata di Gairo, si prepara ancora un pane di farina di ghiande, cui si aggiunge una certa quantità di argilla ricca di ferro per neutralizzare l'acido tannico delle ghiande. La confezione di questo pane è abbastanza complicata. Vd. sull'argomento Antonio Cortes, di una strana varietà di pane che si mangia in Sardegna, in *Rivista di Igiene e di Sanità Pubblica* (X)(1900), pp.76-83.*

Prima si fanno bollire le ghiande nell'acqua calda e quando sono rammollite, si pestano nel mortaio; poi con uno spianatoio rotondo di legno si riducono in una poltiglia, che si stende su una lastra di pietra. Qui la poltiglia si mescola con l'argilla e se ne impastano le focacce, che s'ungono con un pò di grasso di maiale o d'olio, per dar loro sapore, e poi si cospargono con un pò di cenere, per evitare che si attacchino al fondo del forno»



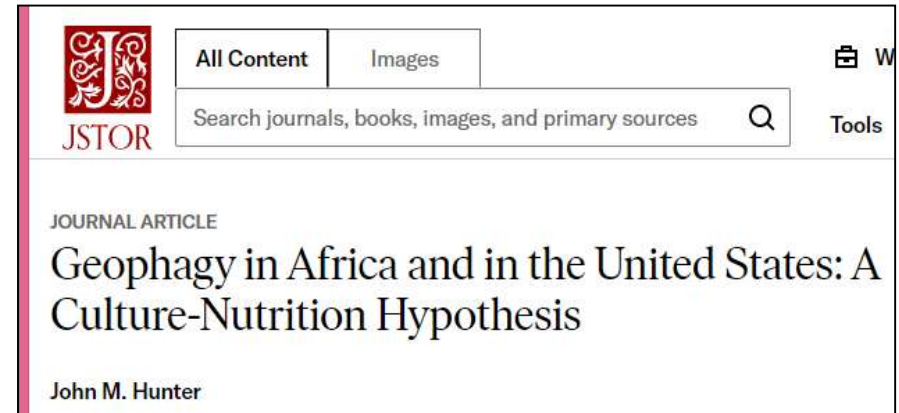
DAL PANE DI GHIANDE ALLA GEOFAGIA

(dal gr. γῆ "terra" e φαγεῖν "mangiare")

Oggi :Esistono due accezioni e definizioni una antropologica/etologica ed una medica:

secondo la prima:

la geofagia è una tipologia di **picacismo**, o **allotriofagia** o, più **semplicemente**, pica, ovvero un disturbo del comportamento alimentare caratterizzato dall'ingestione continuata nel tempo di sostanze non nutritive (terra, sabbia, carta, gesso, legno , etc.) Il termine deriva dal latino [pica](#), altro nome della [gazza](#), un uccello noto per avere l'abitudine di beccare degli oggetti non alimentari. (tratto da wikipedia.org)



The screenshot shows the JSTOR search interface. At the top left is the JSTOR logo. To its right are buttons for 'All Content' and 'Images'. Below these is a search bar with the text 'Search journals, books, images, and primary sources' and a magnifying glass icon. On the far right, there are icons for a shopping cart and 'Tools'. Below the search bar, the text 'JOURNAL ARTICLE' is displayed. The main title of the article is 'Geophagy in Africa and in the United States: A Culture-Nutrition Hypothesis'. Below the title, the author's name 'John M. Hunter' is listed.



The screenshot shows the top portion of a research article page. At the top right, there is a 'Seleziona lingua' (Select language) button. Below it, the date '28 May 2019' is displayed. The main title of the article is 'More than Eating Dirt: A Review of Avian Geophagy'. Below the title, the authors are listed as 'Colleen T. Downs, Jan P. Bredin, Peter D. Wright'. Underneath the authors, there is a section for 'Author Affiliations:'. Below that, the journal information is shown: 'African Zoology, 54(1):1-19 (2019)'. A URL is provided: 'https://doi.org/10.1080/15627020.2019.1570335'. Below the journal information, there are four buttons: 'ARTICLE', 'FIGURES & TABLES', 'REFERENCES', and 'CITED BY'. Below these buttons, the word 'Abstract' is displayed. The abstract text begins: 'Geophagy, the ingestion of earth varying in particle size from stones to soils rich in clay, is a relatively widespread behaviour across avian taxa. We reviewed its occurrence in birds and its hypothesised adaptive functions in birds. Of the ~30 avian orders, 23 exhibit geophagy. However, it has only been documented in ~260 species (~2% of birds) and therefore is relatively uncommon. Ingestion of stones and other large particles (grit) is recorded in 54 extant families across the avian phylogeny and appears to be ancient in'.

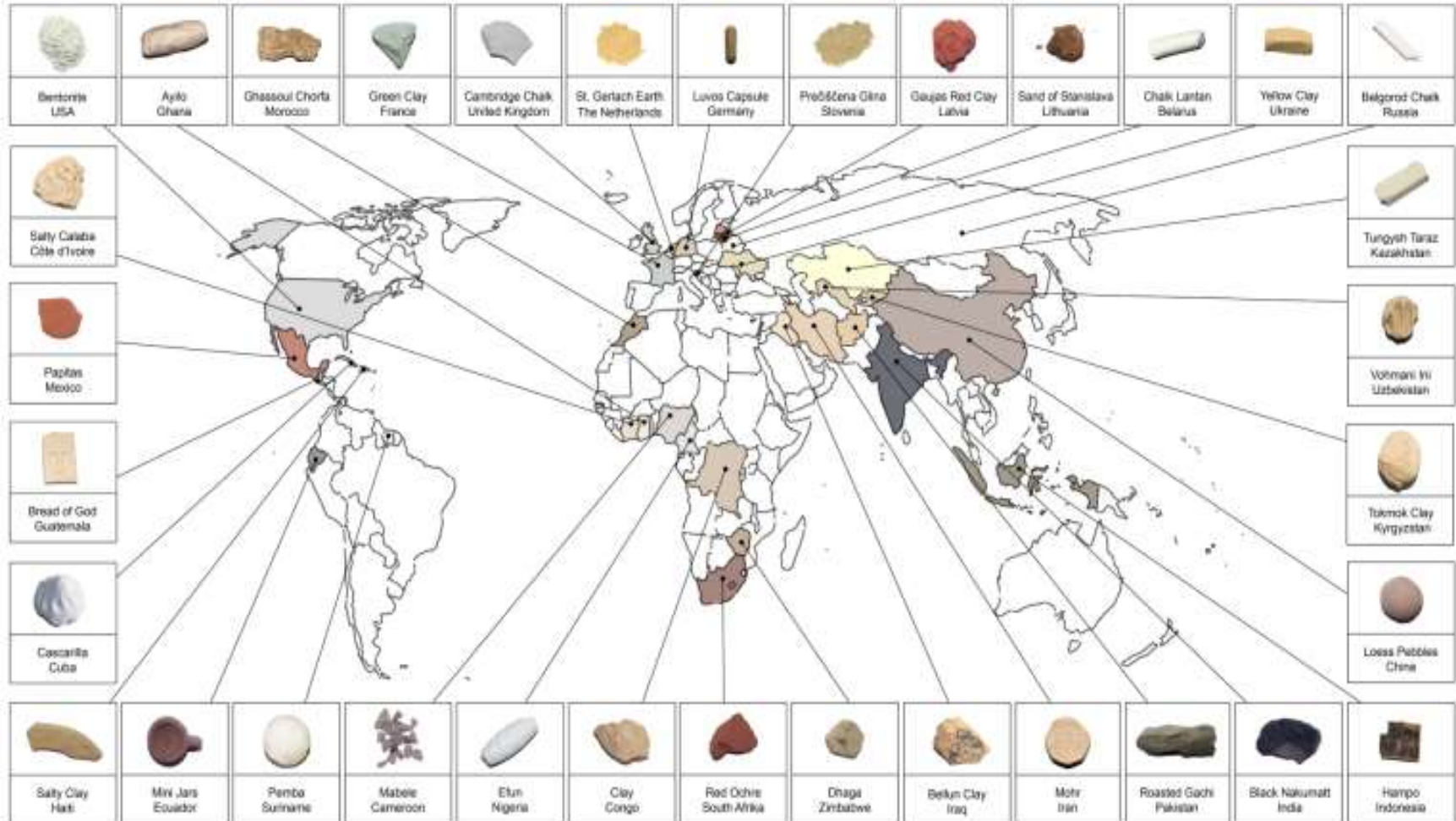
DAL PANE DI GHIANDE ALLA GEOFAGIA

Per la seconda:

Geophagy is the deliberate ingestion of soil, and is practiced by many animals and humans (Young et al., 2011; Abrahams, 2005; Henry and Kwong, 2003; Oliver, 1997). While geophagy is not common in the urban developed world, there are still many societies where geophagy is common (Sing and Sing, 2010; Henry and Kwong, 2003)



IL PANE DI GHIANDE SARDO E LA GEOFAGIA



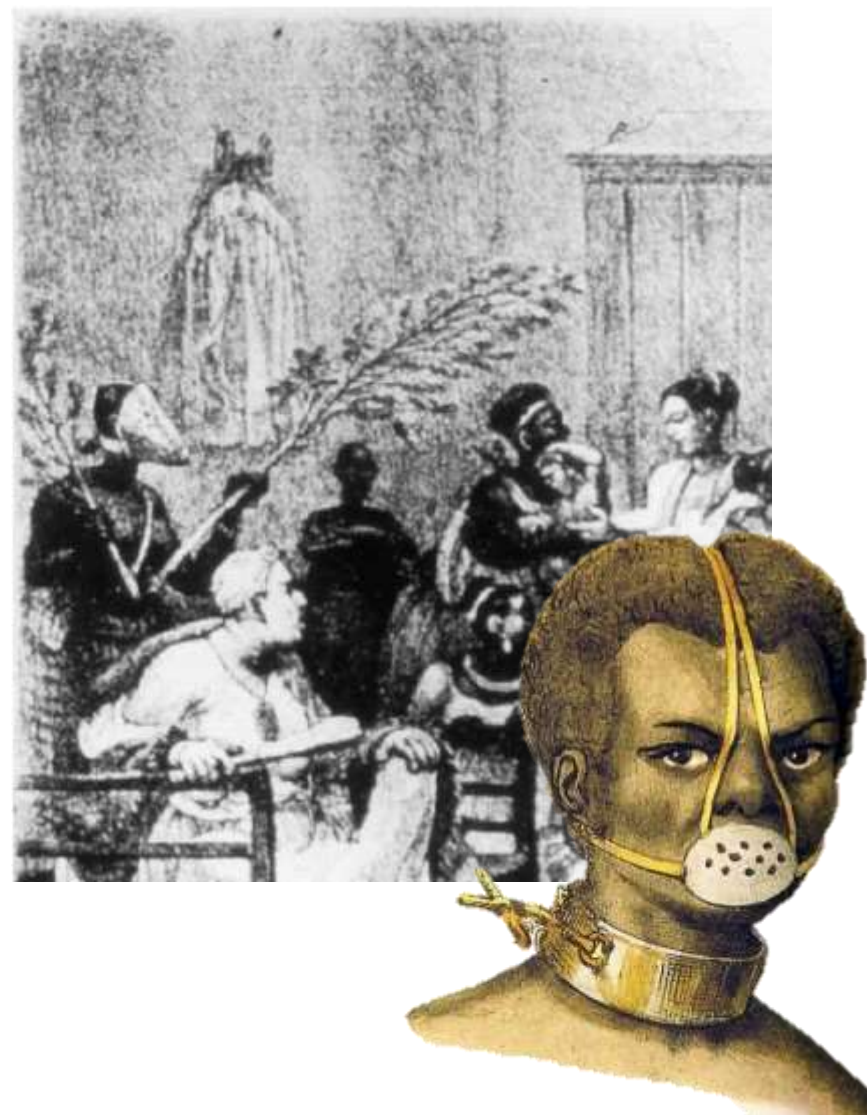
World Clay Map – Design by Luuk van Veen, Amsterdam, 2021

LA GEOFAGIA NEL RECENTE PASSATO

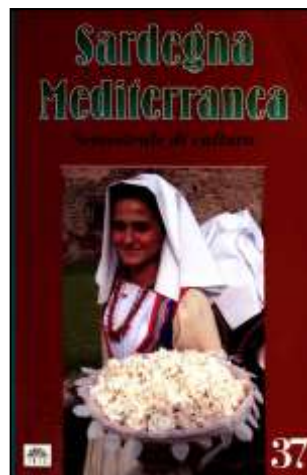
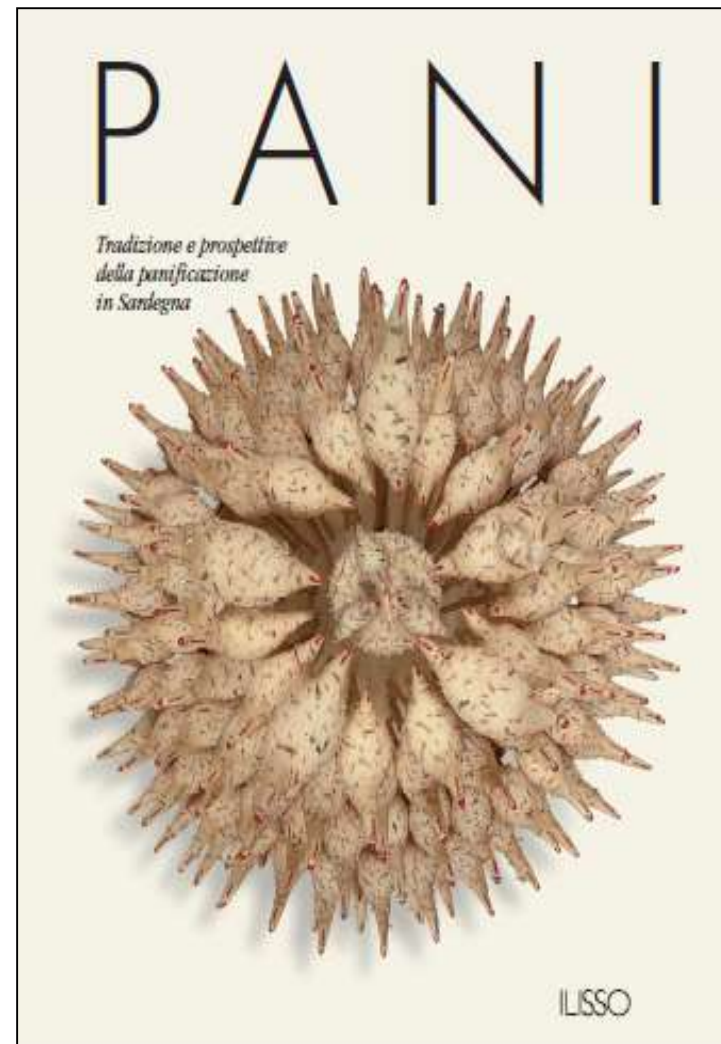
nell'Enciclopedia Italiana del 1932

Pervertimento del gusto o dell'istinto dell'alimentazione, che spinge a mangiare terra, cenere, ecc. Si osserva **transitoriamente** in **bambini alquanto anormali**; **durevolmente** in **idioti**; **episodicamente** in **isteriche, epilettici, malati confusi o dementi**.

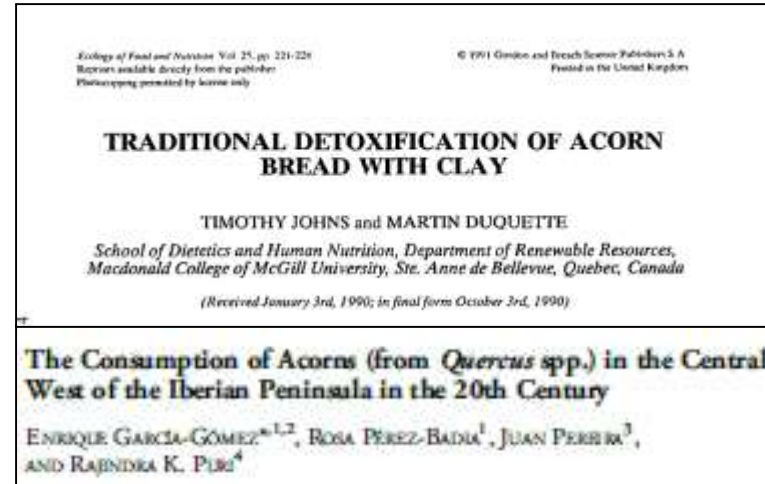
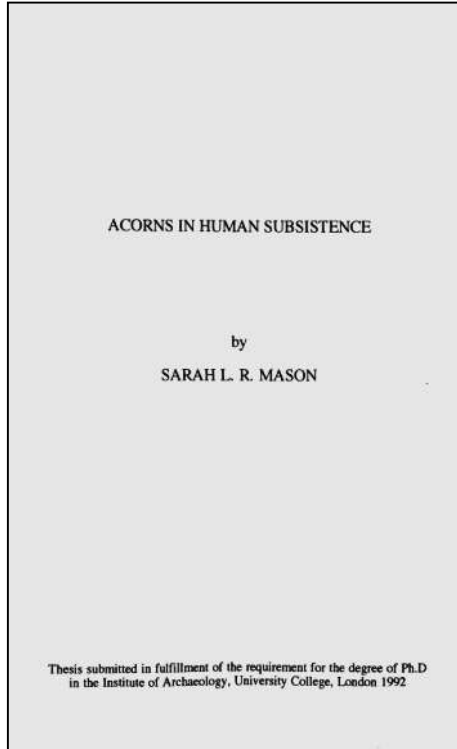
Etnologia. - **Anche varî popoli di civiltà inferiore** e viventi specialmente in climi caldi **appetiscono ingerire come alimento**, spesso ricercato come una ghiottoneria, **varie specie di terre**



LO STATO ATTUALE DELLE CONOSCENZE



LO STATO ATTUALE DELLE CONOSCENZE



LO STATO ATTUALE DELLE CONOSCENZE

Ecology of Food and Nutrition Vol 25, pp 221-228
Reprints available directly from the publisher
Photocopying permitted by license only

© 1991 Gordon and Breach Science Publishers S A
Printed in the United Kingdom

TRADITIONAL DETOXIFICATION OF ACORN BREAD WITH CLAY

TIMOTHY JOHNS and MARTIN DUQUETTE

*School of Dietetics and Human Nutrition, Department of Renewable Resources,
Macdonald College of McGill University, Ste. Anne de Bellevue, Quebec, Canada*

(Received January 3rd, 1990; in final form October 3rd, 1990)

Parallel uses of clay in the traditional preparation of unpalatable acorns in California and Sardinia provide a case study for testing hypotheses on the detoxification function of geophagy. In laboratory simulations of the traditional methods, the addition of clays collected at the specific sites reduced the tannic acid digested from acorns by up to 77%. Reduction in tannic acid would make these nuts palatable and less toxic and provides a rationale for the empirical practices. Adsorption and catalysis on clay surfaces are the most likely mechanisms accounting for the elimination of tannic acid activity.

KEY WORDS: geophagy, pica, dietary behavior, detoxification, clay, tannins, *Quercus* spp.

55 27 December 2014

Lo studio in particolare conferma l'efficacia dell'utilizzo delle argille nella riduzione dei tannini e quindi nella detossificazione delle ghiande, migliorandone inoltre notevolmente la palatabilità.

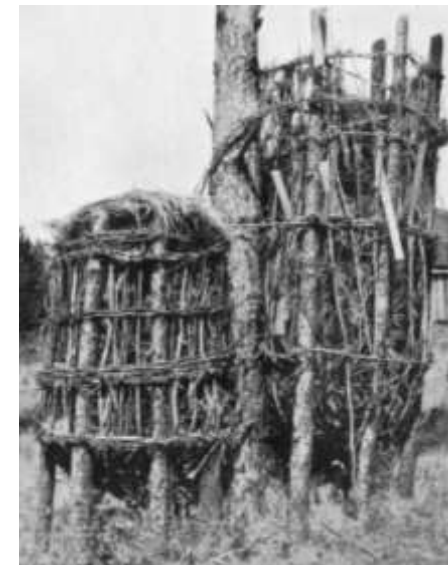
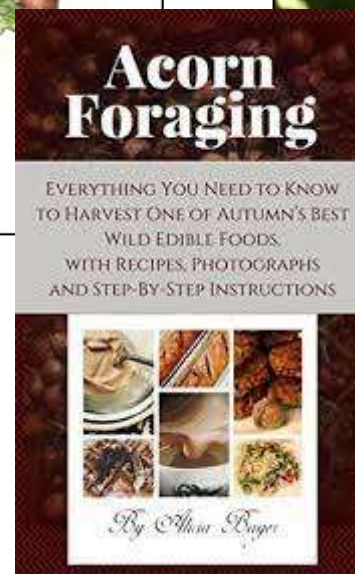
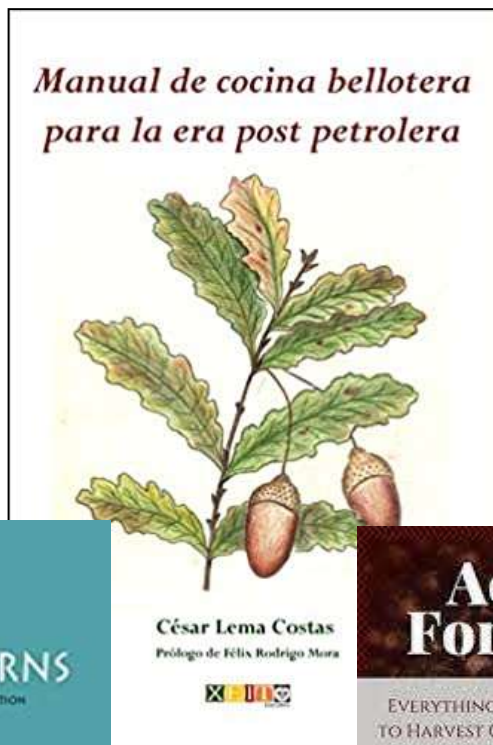
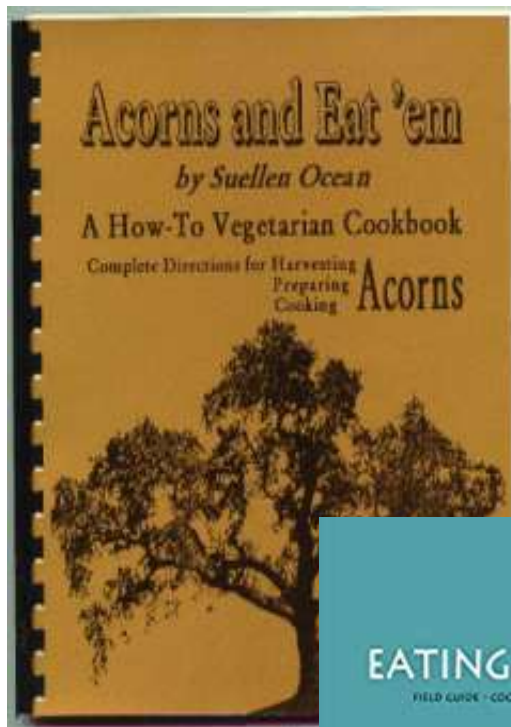


Figure 8. Two large acorn granaries, Railroad Flat, Calaveras County. Northern Miwok. Neg. No. 2751.

Miwok Material Culture: Indian Life of the Yosemite Region (1933) by S. A. Barrett and E. W. Gifford



UN RITROVATO INTERESSE



A LIVELLO INTERNAZIONALE'



Acorn Flour 350g

13,60 €

Organic, cold processed, gluten-free Acorn flour 350g
Acorn flour may be used in most bread recipes in the ratio 2/3 flour and 1/3 of acorn flour. Excellent alternative to corn flour. Acorn flour is packed with Magnesium, Potassium, Calcium, Iron, Fiber and antioxidant polyphenols.

f

Quantity

1

ADD TO CART



GRANDI POTENZIALITÀ ANCHE A LIVELLO LOCALE*



Food Science & Nutrition Technology
ISSN: 2374-2791

Development of a New Product with a High Added Value: Biscuit with Carob Beans and/or with Oak Acorns Coffees

Nunes P.¹, Sáez S.², Rodríguez B.³ and Sarrà A.^{4*}

¹Institut Supérieur des Sciences Appliquées de Matéria, Université de Monastir, Tunisie
²Institut Supérieur de Biotechnologie de Monastir, Université de Monastir, Tunisie

*Corresponding author: Arthur Sarrà, Avenue Tahar Hadjilal 1900 Monastir, Tunisie. Tel: 0021699215526; Email: sarras@2011@yahoo.fr

Research Article
Volume 6 Issue 1
Received Date: December 22, 2015
Published Date: February 05, 2016
DOI: 10.4173/ISSN.2374-2791.10001005



Arriva sul mercato il primo brandy di ghiande made in Sardegna

Prodotto unico al mondo, si chiama "Landin"



Volume 6 Issue 1
Current Issue available at ScienceDirect:
Heliyon
general.heliyon.org www.heliyon.com

Effect of acorn flour on the physico-chemical and sensory properties of biscuits

Arianna Paquinone^{1,*}, Fatima Z. Mublied^{1,2}, Malika Benhat³, Graziana Difonso⁴, Carmine Striano⁵, Giacomo Squero⁶, Francesco Caponio⁶

¹Department of Food, Bioprocess and Food Systems and Packaging (FBP), University of Bari Aldo Moro, Via Amendola, 173/A, 70126 Bari, Italy
²Department of Food Science, University of Wahg, Mansoura, Egypt
³Unit of Food Quality, University of Bari Aldo Moro, Italy
⁴Department of Food Science, University of Bari Aldo Moro, Italy
⁵Department of Food Science, University of Bari Aldo Moro, Italy
⁶Department of Food Science, University of Bari Aldo Moro, Italy

ARTICLE INFO ABSTRACT