

DIN ISTORIA PÂINII



1. Ciobanu, Marin, *Copilul nostru - Vol.2*, Editura Medicală, București, 2007.
2. Mihale, Denisa, *Igiena Alimentației*, Editura Medicală, București, 2008.
3. Marchant, John; Reuben, Brzan; Alcock, Joan, *Bread a slice of history*, Great Britain, 2008.
4. Jacob, Heinrich-Eduard, *Six thousand years of bread*, United States of America, 2007.

CUPRINS

De ce prețuim pâinea?	3
Cum se obține făina de grâu?	3
Ce este și cum a apărut pâinea?	11
Cum se prepară pâinea?	13
Cum se păstrează pâinea?	20
Ce pâine este bine să consumăm?	20
Unde se situează pâinea în piramida alimentară?	21
Care sunt cele mai consumate produse pe bază de aluat sau pâine?	22
Ce obiceiuri și tradiții cunoaștem despre pâine?	23



De ce prețuim pâinea?

Astăzi pâinea a devenit un aliment atât de obișnuit, încât puțini oameni își mai pun întrebări despre istoria ei sau despre procesul de fabricație. Chiar și pâinea din zilele noastre are o “poveste” care începe cu grâul, materia primă, se continuă cu măcinarea lui, cu modul de preparare al pâinii și se încheie cu câteva sfaturi care ne ajută să alegem produsul pe care-l consumăm zilnic.

Urmărind “povestea pâinii” și câteva expresii: “*a-ți câștiga pâinea*”, “*a-i lua pâinea de la gură*” sau “*pâinea noastră cea de toate zilele*”, ne dăm seama cât este de prețioasă. În același timp, constatăm că pâinea a devenit o metaforă umană și una creștină. Astfel, pâinea ne impune respectul pentru muncă, pentru rodul pământului de care avem atâta nevoie!

În trecut, pâinea era utilizată în locul banilor, ca monedă de schimb. Astăzi, în țările cu economie dezvoltată, grâul este achiziționat pentru *rezerva de stat*. Grâul din această rezervă este vândut la un preț convenabil pe piața internă atunci când se întâmplă calamități naturale (secetă, inundații etc.) sau când statul dorește să mențină prețul pâinii și al altor produse de panificație. În acest caz, se potrivește sintagma “*Statul are pâinea și cuțitul*”.



Cum se obține făina de grâu?

Făina este o pulbere obținută prin măcinarea boabelor de cereale și este folosită în alimentație.

La început, boabele de grâu erau consumate crude, mai apoi prăjite sau fierte în apă. Oamenii au descoperit că boabele pot fi mărunțite între două pietre. Mai târziu, au creat un **dispozitiv de măcinare** (râșnița), format dintr-o piatră circulară fixă și una mobilă care se manevra manual. Boabele se măcinau, obținându-se o făină grosieră, care era folosită pentru turte.



În timp, s-au construit diferite tipuri de mori cu care s-a măcinat grâul și anume: *moara de apă*, *moara de vânt*, *moara cu tăvălugi*, *moara cu abur* etc. Multe dintre aceste tipuri, pot fi văzute în muzee. Moara de apă și moara de vânt sunt cele mai importante sisteme tehnice tradiționale. Primele mori de apă au apărut în Grecia antică. Acestea aveau roți cu palete orizontale plasate în curentul de apă, care învârteau un ax vertical, la capătul căruia era o piatră de moară mobilă. Sub aceasta se găsea piatra de moară fixă. Vitruvius, un arhitect și inginer roman a descoperit principiul angrenării. Astfel roata de apă verticală, ca cea din fotografia de mai jos, putea învârti pietre de moară dispuse orizontal.

Pare incredibil ca în zilele noastre să mai funcționeze **mori de apă**, care au fost puse în funcțiune cu sute de ani în urmă! Generațiile de *morari*, proprietarii morilor, le-au întreținut de-a lungul timpului și astfel, putem vedea cum se obține făina cu o moară de apă. Desigur, făina nu este de o calitate superioară, dar se spune că poate fi păstrată mai mult timp, fără să se mucegăiască.

Piesa principală care determină funcționarea unei mori de apă este *roata cu palete* așezată astfel încât curentul de apă să cadă peste palete. Axul acestei roți, cu ajutorul curelelor de transmisie pune în mișcare mecanismele de măcinare (pietre de moară sau cilindri metalici) și cele ale sitelor, care separă făina de tărațe. În partea de sus, instalația este prevăzută cu o pâlnie mare (coș), prin care se introduce grâul în zona de măcinat, iar în partea de jos se obține făina și tărațele.



Roata cu palete de la o moară de apă - Ohaba Sibișel, Hunedoara



Corpul unei mori de apă - Ohaba Sibișel, Hunedoara

Moara de vânt a apărut în Europa încă din Evul Mediu și a funcționat cu ax vertical. Primele mori se roteau după direcția vântului cu întregul corp al construcției, mai târziu au apărut mori care aveau numai cupola mobilă (mori olandeze). Apoi, au mai apărut și alte tipuri de mori: cu palete profilate, cu pânze etc. Acestea au fost utilizate în principal pentru măcinarea grâului sau pentru pomparea apei. În țara noastră, morile de vânt au cunoscut o dezvoltare mai accentuată în Dobrogea (atestate încă din 1585), unde erau puține ape curgătoare. Câteva dintre aceste mori pot fi văzute în diferite muzee. Principiul de funcționare este același ca și la moara de apă, cu deosebirea că paletele sunt puse în mișcare de curenți de aer.

Morile cu abur erau de mare capacitate. Prima moară cu aburi din România a fost construită în anul 1853 (moara lui Assan), în București. Alte mori cu aburi (moara Elisabeta, moara Pannonia) au fost construite în 1869, în Timișoara.

Acum, "*altă făină este la moară!*". **Morile electrice** sunt mult mai performante. Există mori electrice pentru gospodărie sau mori electrice industriale.

În general, *morăritul* se ocupă cu prelucrarea prin zdrobire și mărunțire a boabelor de cereale, producând făina, dar și alte produse.



Moară de vânt cu palete - Muzeul Civilizației Populare Tradiționale "ASTRA" din Sibiu



Moară de vânt cu pânze - Muzeul Civilizației Populare Tradiționale "ASTRA" din Sibiu