



FRUMENTERIA

L'arte bianca si rinnova.

PASTA



INTRODUZIONE

La pasta (in ambito tecnico definita come pasta alimentare) è un alimento a base di farina di diversa estrazione, tipico delle varie cucine regionali d'Italia, divisa in piccole forme regolari destinate alla cottura.

Il termine pasta (dal tardo latino *pāsta* e - a sua volta - dal greco antico Πάστη, *pástē*, «farina mescolata con acqua e sale», inteso come abbreviazione dell'italiano *pastasciutta*, può anche indicare un piatto dove la pasta sia l'ingrediente principale, accompagnato da una salsa, da un sugo o da altro condimento di vario genere.

STORIA

Le origini della pasta, vera e propria specialità del nostro Paese, si legano indissolubilmente alla tradizione della coltivazione del grano, già praticata all'epoca dell'Impero Romano. In particolare, sono state le colonie ed il



Sud Italia i luoghi che videro la pasta diffondersi con maggiore rapidità. Normalmente, si tende ad attribuire la nascita della pasta al ritorno di Marco Polo dalla Cina, avvenuto nel 1295. In realtà questa miscela a base di cereali ed acqua rappresenta un elemento imprescindibile della gastronomia mediterranea da diversi millenni. Generazione dopo generazione, la lavorazione del grano è stata oggetto di continue migliorie, che hanno interessato macinazione, preparazione dell'impasto e successiva cottura.

DOVE E COME SI È DIFFUSA LA PASTA IN ITALIA?

La produzione di pasta iniziò a risalire lo stivale, diffondendosi in diverse zone d'Italia, partendo da Campania, Puglia, Toscana e Liguria laddove il clima era secco e ventilato favorendo l'essiccazione all'aria aperta. A Gragnano (comune del napoletano), ad esempio, nel '500 fu assegnato il riconoscimento di "patria" della pasta di grano duro. Fu Napoli, nel '600, a dare il via alla diffusione della pasta come pietanza "di massa".



TIPI DI PASTA E CLASSIFICAZIONE

Ma come si classificano tutti i tipi di pasta? Proviamo a fare ordine in questa grandissima varietà. Le varie tipologie di pasta si possono suddividere a seconda di:

- tipo di farina,
- tipo di impasto,
- pasta fresca o pasta secca,
- tipi di pasta ripiena,
- tipo di superficie,
- formati di pasta.

TIPO DI FARINA

La pasta più diffusa e conosciuta è fatta di semola di grano duro ed è ottenuta dalla miscela di farina di semola di grano duro e acqua. Esistono però, ormai, paste fatte con farine diverse, come pasta di farro, di mais e di riso.

TIPO DI IMPASTO

Non tutta la pasta viene fatta con la stessa tipologia di impasto. Ecco perché le paste si suddividono anche a seconda del tipo di impasto, nella maniera seguente:

- **pasta di semola di grano duro:** l'impasto contiene semola di grano duro, acqua ed un più elevato quantitativo di cruscame;
- **pasta all'uovo:** fatta con semola, acqua e uova, ingrediente dal quale prende il nome;

- **pasta fresca o secca:** a seconda della percentuale di acqua - e di conseguenza di umidità - dell'impasto, la pasta può suddividersi anche in fresca o secca. La pasta fresca contiene una maggiore percentuale di acqua: ne sono un esempio le tagliatelle fatte in casa. Che sia fatta in casa o in un laboratorio, la pasta fresca solitamente viene stesa al materello oppure con le sfogliatrici. La pasta secca invece è quella pasta che è stata privata dell'acqua tramite un procedimento di essiccazione, che permette una lunga durata nel tempo, e solitamente viene estrusa con trafile che possono essere in bronzo o in teflon. È pasta secca: penne, spaghetti, fusilli ecc.;



- **paste dietetiche:** caratterizzate da una specifica combinazione di ingredienti, si suddividono in senza glutine, proteiche, integrali e a rapida cottura;
- **paste speciali:** l'impasto contiene ingredienti alimentari ulteriori (es. spinaci e pomodoro);
- **pasta ripiena:** tortelli, ravioli, pansoti, soltanto per citarne alcuni. Capito a parte meritano le paste ripiene, che nient'altro sono tutte quelle paste che avvolgono un cuore fatto di ingredienti diversi. L'impasto può essere a base di pane, farina, uova o patate, mentre il ripieno può essere composto da carne, pesce, formaggio, verdure, frutta o persino alimenti dolci, oltre che di tutti questi ingredienti combinati tra di loro.



- **paste corte:** si suddividono in minute detta pastina come le stelline e i quadrotti, medie ad esempio orecchiette, lunghe come rigatoni e fusilli, ripiene ad esempio gli agnolotti e fantasia dalle forme insolite.

COLORI DELLA PASTA

Aggiungendo particolari ingredienti agli impasti è possibile dare diversi colori: verde con spinaci lessati, basilico o prezzemolo appena scottati e frullati; rosso con rape rosse lessate e frullate o concentrato di pomodoro; arancione con carote o zucca cotte, frullate ed eventualmente fatte asciugare sul fuoco; giallo con zafferano o curry stemperati in poca acqua tiepida; marrone con cacao amaro, nero con inchiostro di seppia.



PRODUZIONE E COTTURA

La produzione della pasta avviene attraverso le seguenti operazioni tecniche: innanzitutto **la miscelazione e la lavorazione** della farina e di altri ingredienti con una sostanza più o meno liquida, come acqua o uovo, che consenta di ottenere un impasto; poi vi è **la frammentazione e la formatura** di quest'ultimo per finire con un'eventuale **essiccazione**. Questi stessi passaggi sono comuni alle tecniche sia casalinghe sia industriali e sono alla base delle preparazioni più disparate: sia quelle molto asciutte, come le paste italiane e il cuscus arabo, sia quelle particolarmente molli ed umide come gli spätzle o altre paste di tipo cinese, quasi liquide, che rimangono in forma solo una volta sbollentate.

TECNICHE CASALINGHE

Sono pochi gli strumenti essenziali legati tradizionalmente alla produzione della pasta: spianatoia, matterello, spatola e coltello.



Sfogliatura a mano della pasta



Taglio della pasta in tagliatelle

La spianatoia, una larga tavola di legno senza nodi, avvallamenti o rigature (vietata dalle moderne norme che regolano i pubblici esercizi e sostituita con piani di acciaio) rimane un ottimo strumento per la confezione di paste fresche, in quanto il legno toglie umidità agli impasti per non dover eccedere con la farina di spolvero e trasmette la sua rugosità alla sfoglia.

Il matterello viene fatto girare sulla sfoglia o arrotolato nella stessa per assottigiarla.

La spatola, in metallo o in plastica, serve a raccogliere l'impasto dalla spianatoia.

Il coltello, alto e rettangolare, naturalmente per tagliare.

In alternativa a matterello e coltello è possibile aiutarsi a stendere e tagliare la pasta in sfoglia con una macchina apposita.



Macchina "tirapasta"

TECNICHE INDUSTRIALI

I processi principali della produzione della pasta sono:

- **macinazione del frumento;**
- **impasto e gramolatura:** la semola si impasta con acqua, in modo da legare l'amido e il glutine; l'impasto viene poi amalgamato ed omogeneizzato con una macchina chiamata gramola;
- **trafilazione:** l'impasto viene poi estruso attraverso una trafilatrice, che ne imprime la forma desiderata. Se la trafila è in bronzo, la superficie della pasta risulterà lievemente rugosa, rendendo la pasta più adatta a trattenere sughi e condimenti;
- **laminazione (alternativo all'estrusione):** l'impasto viene passato attraverso una serie di cilindri contrapposti, dalla distanza decrescente fino a ottenere una sfoglia dello spessore desiderato. Tale sistema evita alla pasta la temperatura (80 c° o superiore) e la pressione (10 bar o superiore) cui è sottoposta nel processo di trafilazione/estrusione;
- **essiccamento:** a seconda dei tipi la pasta viene essiccata mediante aria calda, con tempi e procedimenti diversi. Per legge l'umidità finale non può superare il 12,5%, partendo da una percentuale di umidità pari a circa il 35%;
- **raffreddamento e confezionamento.**

TIPI DI COTTURA

Esistono per la pasta varie tecniche di cottura che si adattano a diversi tipi di pasta ed imprimono un carattere specifico al prodotto finale:

- **pasta lessa;** la lessatura è il sistema più diffuso per la cottura della pasta. Nella cucina casalinga essa avviene solitamente in una pentola ri-

empita di acqua e messa a scaldare sopra una fiamma; L'acqua deve essere salata con circa 10 gr. di sale da cucina per ogni litro (prevedendo almeno 1 litro di acqua per ogni 100 grammi di pasta) e la pasta deve essere versata quando essa ha già raggiunto l'ebollizione. È necessario mescolare per evitare che la pasta formi blocchi compatti. I tempi di cottura sono forniti, normalmente, dai produttori di pasta. L'esatta durata della cottura influenza in modo notevole la digeribilità dell'alimento: per consuetudine si usa dire che a fine cottura deve essere "al dente";

- **pasta al forno:** in molte ricette regionali italiane, la pasta viene prima lessa fino a metà cottura, viene scolata, fredda, condita e passata tradizionalmente in forno a completarne la cottura (ad es. lasagne, anelletti al forno o timballi);
- **fritta:** la frittura della pasta è piuttosto rara in Italia ed è utilizzata nella tradizione soprattutto per le preparazioni dolci o, da moderni chef, per ottenere paste croccanti da abbinare a salse particolari. Nella cucina napoletana è diffusa la frittata di maccheroni, dove la pasta viene frita dopo essere stata lessata e unita all'uovo e, possibilmente, altri condimenti;
- **risottata:** la pasta risottata è un modo originale per cucinare un piatto di pasta. Si cuoce la pasta direttamente in padella, come se fosse un risotto. Un modo per amalgamare in maniera perfetta il condimento con la pasta e ottenere, quindi, un primo piatto cremoso e vellutato. La mantecatura della pasta, trattata come un risotto, avviene grazie agli amidi rilasciati dalla pasta in cottura e che non vanno persi nell'acqua come per la cottura tradizionale.

REGIONE CHE VAI... PASTA CHE TROVI

Dal nord al sud Italia, passando per il centro, quello della Pasta è un viaggio che profuma di tradizioni e ricette tipiche regionali. Ecco quali sono.

VALLE D'AOSTA

Gli **chnéfléne** valdostani sono piccoli gnocchetti realizzati con farina e uova e 'grattugiati' con un apposito strumento direttamente sull'acqua a bollore. Sono conditi con sughi ricchi, a base di cipolla stufata e burro, come vuole tradizione.

PIEMONTE

Nella patria del tartufo il formato di pasta principe sono i **tagliolini** detti tajarin. Questa pasta fresca all'uovo deve essere stesa sottile e tagliata a striscioline di massimo due millimetri. Altra menzione d'onore la meritano gli **agnolotti**, una pasta all'uovo ripiena. I più famosi? Gli **agnolotti del plin**, ripieni di arrosto o stufato, una delle ricette di recupero più note.





LIGURIA

Baciata dal sole e dal mare, questa regione spicca per formati di pasta perfetti per il condimento tipico per antonomasia, il pesto ligure. Ed ecco allora tipi di pasta lunga come le **bavette**, le **linguine** e le **trenette** oppure quelli corti come le **trofie**, un tipo di pasta fresca dalla tipica forma attorcigliata, a ricordare i trucioli del falegname.

LOMBARDIA

Come non menzionare i **pizzoccheri della Valtellina IGP**, una varietà di pasta tipica garantita dal marchio, realizzata con farina di grano saraceno. Proprio per l'uso di questo grano hanno un sapore inconfondibile che si abbina perfettamente alla tipica ricetta con verza stufata, patate e formaggio locale Bitto o Casera Dop (in alternativa va bene la fontina).

TRENTINO ALTO-ADIGE

Alzi la mano chi non ha mai assaggiato gli **spatzle**. Originari della Germania meridionale, sono un piatto tipico anche del Trentino Alto Adige. Piccoli gnocchetti a base di farina di grano tenero, uova e acqua, possono essere fatti anche nella versione con spinaci, assumendo un bel colore verde. I condimenti più comuni sono quelli con i sughi di carne, ma vanno forte anche creme di formaggio o burro fuso e aromatizzato o, ancora, panna da cucina.

I **canederli** (Knödel) sono una vera squisitezza da gustare in Trentino-Alto Adige! Sostanziosi gnocchi di pane realizzati con pane bianco rafferma, erba cipollina, uova, speck e cipolla (alla tirolese) oppure aggiunta di luca-nica affumicata (alla trentina).

VENETO

Un'altra associazione scontata: dici Veneto e pensi ai **Bigoli**, al sugo ovviamente: pasta lunga che ricorda grossi spaghetti, particolarmente ruvida per raccogliere al meglio il condimento.

FRIULI-VENEZIA GIULIA

Oltre a tanti formati locali, siamo in una regione dove sono particolarmente diffusi gli gnocchi, realizzati con patate o con la zucca. Tipica pasta friulana sono i **cjarsons**, pasta ripiena all'uovo o patate. Sono diffusi soprattutto della regione della Carnia, ricordano dei ravioli, ma hanno la particolarità di essere farciti con ripieni in cui il dolce e il salato sono accostati con maestria. Ed ecco che nel loro ripieno troviamo uva passa, cacao, rum, ricotta o erbette.

EMILIA ROMAGNA

La regione italiana patria della pasta ripiena e della pasta all'uovo. Le paste lunghe emiliane come le **fettuccine**, le **tagliatelle** e le **lasagne** sono una tradizione che si tramanda da secoli e le 'sfogline' emiliane sono famose in tutto il mondo per il loro modo ineccepibile di tirare la pasta a mano dello spessore perfetto al millimetro. E che dire della pasta ripiena come i **tortellini**, gli **agnolini**, i **ravioli**, i **tortelli** e i **tortelloni**. Pasta farcita con ingredienti locali, tra cui dominano la mortadella, il prosciutto di Parma e il Parmigiano Reggiano.



TOSCANA

Dalla tradizione della nostra amata terra arrivano i **pici**, le **pappardelle** - ottime con i sughi a base di cacciagione - e i tortelli ripieni, soprattutto i tortelli di patate, tipici del Casentino.

UMBRIA

Tipica pasta umbra sono gli **strangozzi** (chiamati anche, a seconda delle zone, stringozzi, strengozzi, strongozzi, nel perugino vengono chiamati umbricelli e nel ternano sono conosciuti come ciriole o manfricoli), una pasta fresca all'uovo di origini povere. Gli strangozzi sono nati nelle cucine delle massaie che ancora oggi stendono a mano la sfoglia fino ad uno spessore di 2 mm per poi tagliarla in strisce di circa 3-4 mm lunghe 30 cm, che tanto ricordano le stringhe delle scarpe.

MARCHE

La cucina marchigiana si contraddistingue per sapori robusti realizzati con ingredienti semplici. Sebbene abbiano radici anche emiliane, i **passatelli** sono molto diffusi nelle Marche. Localmente sono chiamati spesso lumachelle e sono cilindretti di un impasto ricco a base di Parmigiano, pangrattato, uova, farina e noce moscata. Forse non sono un tipo di pasta *tout court*, ma sono certamente tra i primi piatti più diffusi nella regione, mangiati solitamente in brodo di cappone o arricchiti nell'impasto con gli spinaci.





LAZIO

Se pensiamo a questa regione ed alla pasta l'associazione è una soltanto: **bucatini** all'Amatriciana. Il bucatino è una pasta lunga forata a superficie liscia: per mangiarli il tovagliolo al collo è d'obbligo! L'Amatriciana è il sugo che li esalta al massimo: guanciale, salsa di pomodoro e pecorino grattugiato.

ABRUZZO

La regione degli **spaghetti alla chitarra**, ovvero una varietà di pasta all'uovo realizzata con il tipico strumento chiamato "chitarra", appunto. L'impasto è pressato sulle "corde" con un mattarello, ne escono spaghetti molto porosi a sezione quadrata perfetti per un sugo ricco, con polpettine di carne, ad esempio.

MOLISE

La pasta regionale per eccellenza sono i **cavatelli** di semola di grano duro e acqua. La loro storia risale al regno di Federico II, particolarmente esigente in fatto di cucina. I cavatelli hanno una forma allungata e sono realizzati a mano incavando la pasta con la pressione delle dita, l'indice e il medio. L'incavo nasce per raccogliere alla perfezione i condimenti, spesso ragù o sughi a base di verdure.

CAMPANIA

Siamo nella regione in cui, quando si parla di pasta, l'associazione diretta è con la pasta di Gragnano. In Campania, come nel sud dell'Italia in generale, i formati tipici abbondano, pronti ad accogliere sughi a base di pomodoro e pesce fresco. **Vermicelli, mafalde, scialatielli, paccheri, rigatoni, ziti e fusilli** sono i tipi di pasta campani per eccellenza.

PUGLIA

La regione delle paste corte fresche realizzate con la farina di semola di grano duro tipica della regione. Via libera a **orecchiette, cavatelli e troccoli**. Le ricette più famose? Le orecchiette con le cime di rapa, ça va sans dire, o i cavatelli al pomodoro e ricotta salata... la semplicità che rasenta la perfezione.



BASILICATA

Questa regione abbonda di pasta fresca fatta a mano, soprattutto corta e con impasti semplici a base di farina di grano duro e acqua. Anche qui sono immancabili le **orecchiette** e i **cavatelli**, ma un tipico formato lucano sono i **ferricelli**, i fusilli lucani tirati a mano, piuttosto allungati (circa 20 cm) e conditi solitamente con sughi ricchi a base di maiale.



CALABRIA

Il panorama gastronomico calabrese non manca certo di formati di pasta tipici, estremamente legati alla cucina locale, come gli **shtridhelat**, i **rascatielli** o i **calandreddi**, **stroncatura**. Tutte paste rigorosamente fatte a mano. Una nota curiosa è che la Calabria ha pochissime tipologie di pasta ripiena, ma per la sua ricchezza, forse, una basta per tutte, ovvero le Sagne chjne. Sono lasagne dove tra uno strato di pasta e l'altro, vengono adagiati carciofi, funghi, carne, erbe aromatiche, caciocavallo, pecorino e uova sode.

SARDEGNA

Gnocchetti detti **malareddu**, **gnocchi ripieni**, **fregola**, siamo nella terra delle paste piccole e tenaci, che richiedono spesso lunghe cotture, perfette per condimenti a base di pesce o in zuppe con legumi.

SICILIA

Siamo sempre in una zona d'Italia dove la pasta di semola di grano duro è la regina della tavola. Questa è la regione per eccellenza degli **spaghetti**. Al pomodoro – selezionato tra le fantastiche varietà locali – con le vongole, con olive, capperi e origano di Pantelleria. E poi ci sono le **busiate**, un formato tipicamente regionale, nato a Trapani e dalla forma di un maccherone lungo. Il nome deriva dalla busa, lo stelo di una pianta locale utilizzato proprio per realizzarle.



OPUSCOLO INFORMATIVO REALIZZATO DA D.P.G. Srl

Via Chieri, 95 - 10020 Andezeno (TO)

Tel. +39 011.943.46.20

www.lafrumenteria.it - info@lafrumenteria.it



FRUMENTERIA

L'arte bianca si rinnova.

