



Associazione Medica Ebraica

Il Pane – religioni e salute

(R.Supino)

Domenica 12 gennaio 2020 si è tenuto a Bologna, presso il Centro Sociale della Comunità ebraica, un Convegno Inter-religioso intitolato “Il Pane”, organizzato dall’Associazione Medica Ebraica in collaborazione con Adei e Comunità Ebraica di Bologna.

Dopo le parole di benvenuto ai numerosi partecipanti da parte della Dott.ssa Rosanna Supino, presidente dell’AME, anche a nome della Comunità Ebraica di Bologna e dell’Adei, ha preso la parola Alberto Sermoneta, rabbino capo della comunità cittadina, con l’intervento “ Il pane nella Torah e nella pratica religiosa ebraica”. Il pane , ha ricordato il rav è un simbolo in tutte le tradizioni religiose in particolare in quella ebraica, sia nella tradizione scritta sia in quella orale nelle quali viene stabilito come e quando si mangia. Ci sono sempre il vino, simbolo della gioia, e il pane, simbolo del benessere, quando viene celebrato qualcosa di positivo. Nel libro delle Genesi, il re-sacerdote di Gerusalemme Melkisedek (primo figlio di Noe) per ringraziare Abramo, lo benedice porgendogli pane e vino, e in un altro passo della Torah Abramo corre incontro agli inviati divini e per manifestare la sua ospitalità, dopo aver lavato loro i piedi, offre del pane ed altro cibo. Il pane deve essere presente in un vero pasto: prima di mangiarlo occorre lavarsi le mani e pronunciare una benedizione in ringraziamento al Padrone dell’universo che “fa uscire il pane dalla terra “. Il pane è l’elemento fondamentale del pasto, si deve mangiare almeno un pezzo di circa 35 grammi altrimenti il pasto non è considerato un vero pasto.

L’uomo non vive di solo pane ma anche della parola di Dio, tuttavia pur nella sua tensione verso l’alto è bene che resti con i piedi sulla terra e quindi bisogna anche mangiare... il pane è anche la materialità, è il frutto del nostro lavoro.

Elisabetta Cammelli, rappresentante della comunità Metodista-Valdese apre il suo intervento “ Il pane nel Vangelo”, concordato con altre donne cristiane, ricordando che il pane compare quarantuno volte nel Vangelo. Pane di vita, sia come alimento, sia come parola, buona notizia. Il pane accumulato è il pane del demonio, mentre il pane condiviso è il pane di Dio per i suoi figli. Gesù afferma che la parola divina detta ed ascoltata è, come il pane, il nutrimento necessario dell’uomo; nella preghiera si dice “dacci oggi il nostro pane “ non il “mio” pane per ricordarci di non trascurare gli altri. Il tema della condivisione è sempre presente nel Vangelo e Gesù condivide il pasto con persone di ogni ceto, con peccatori e giusti e anche quando il pane è poco, se viene condiviso, basterà per tutti.

Rasmea Salah, vicepresidente della comunità Islamica di Bologna, affronta l’argomento “ Il pane nel Corano” ricordando che per i mussulmani il pane è fatto dalla mano dell’uomo, ma è un dono di Dio e come ogni cibo ha una valenza spirituale, simboleggia la ricchezza e come dono divino è degno di ogni rispetto e non va mai sprecato. Prima di mangiare si recita la formula “in nome di Dio clemente e misericordioso” e alla fine del pasto si ringrazia il Signore che ci ha saziato. Tutte le regole alimentari sono desunte dal Corano o dalla Sunna che raccoglie i detti e gli atti del profeta Muhamad il quale prediligeva il pane integrale è quello composto da varie farine.

Giovanni Ballarini, antropologo e presidente onorario della Accademia Italiana della Cucina, apre la sua relazione “Il pane nel mondo e nella storia” con un excursus storico ricordando che per molti popoli dell’antichità il consumo del pane quasi sempre preparato dalle donne, era collegato al progresso civile. Tanti sono stati i tipi di pane nel corso dei secoli, il migliore è quello fatto con il lievito di vino. Purtroppo il consumo del pane in Italia è in continua diminuzione e oggi è il più basso d’Europa.

La dottoressa Asa Somek Coen con l’intervento “La riscoperta dei grani antichi” parla dell’importante contributo offerto dalle ricerche sul grano selvatico al fine di aumentare la produzione e combattere la fame. Il grano selvatico aveva dei caratteri di resistenza alle situazioni climatiche avverse e alle malattie per cui oggi sono in atto, in vari paesi del mondo, una serie di ricerche sulle sue caratteristiche genetiche per migliorare il grano coltivato. Sono sorti dei consorzi internazionali per scoprire la genetica cromosomiale dei grani; sono anche attuati degli studi sul grano tenero per renderlo inattaccabile dalla malattia “ ruggine gialla”.

La signora Marina Marini riporta la storia della “Torta degli hebrei” detta anche Tortagrassa o pane grasso, una specie di millefoglie con formaggio in uso nel 1600 presso gli ebrei di Finale Emilia, la cui ricetta, segreta per secoli, è stata divulgata a metà del 1800 da un ebreo convertito.

Il dottor Giulio Marchesini Reggiani, responsabile delle malattie del metabolismo del dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche dell’Università di Bologna, nel suo intervento “Valore nutrizionale del pane e intolleranze alimentari” sottolinea il valore del pane che contiene anche proteine e ha meno calorie di grissini e creckers. Si sofferma poi sui problemi dei celiaci allergici o ipersensibili al glutine i quali , eliminando il pane dalla dieta, finiscono per mangiare cibi troppo ricchi di grasso e proteine; la dieta gluten-free dei celiaci provoca anche carenze di calcio, zinco, magnesio, selenio.

Il signor S.Santolin, panificatore di Carpi (Modena) e autore di prodotti innovativi, nel suo intervento “Il pane del futuro/ il futuro del pane” sottolinea il fatto che essendo in aumento le persone con problemi digestivi occorre mangiare pane integrale preparato con lievito di vino, ricco di batteri giusti, capaci di predigerire il prodotto; invece del pane privo di glutine sarebbe bene mangiare pane ben fermentato.

La signora Clelia Piperno Sermoneta offre la ricetta della “ Hallah “ Il pane del sabato, e il convegno si conclude con la degustazione, offerta dall’Adei di Bologna, di vari tipi di pane e dolci.

Le relazioni della giornata e la ricetta della Hallah della signora Clelia Piperno Sermoneta sono a disposizione di tutti sul sito dell’AME: <http://moked.it/ame>