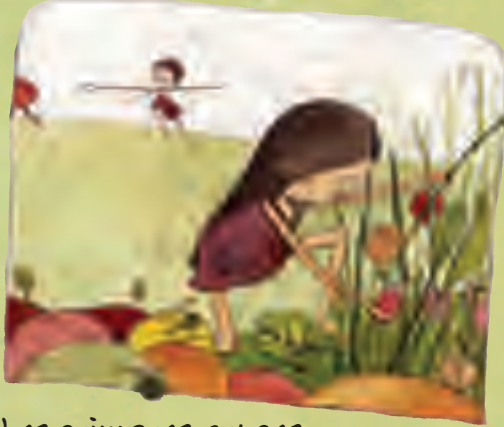


¿CÓMO SE INVENTÓ EL PAN?

ESTA HISTORIA COMIENZA HACE MILES DE AÑOS, EN UN PASADO TAN LEJANO QUE ES DIFÍCIL IMAGINAR.



Los primeros grupos humanos se alimentaban con los animales que cazaban y los frutos y plantas que recogían.



Con el tiempo, fueron descubriendo que podían cultivar algunas de las plantas que comían. Así empezaron a sembrar cereales, como trigo y cebada.



Los granos de trigo eran durísimos de masticar. Por eso comenzaron a machacarlos con piedras. Así fabricaron las primeras harinas.

Durante mucho, muchísimo tiempo esa pasta fue un alimento de todos los días para aquellos hombres y mujeres.



Hasta que en algún momento, alguien mezcló agua con ese trigo molido. Ahora era una masa suave que se comía muy fácilmente...



Hasta que mucho tiempo después...
Una historia cuenta que el pan se descubrió por casualidad: alguien dejó olvidada la masa en un recipiente al sol. Al volver, la masa se había secado por el calor y era buena para comer!



ESE PRIMER PAN SE LLAMÓ MATZÁ O PAN ÁCIMO. AÚN HOY SE CONSUME DURANTE ALGUNAS FESTIVIDADES RELIGIOSAS.



En el antiguo Egipto descubrieron una receta mejor: a la masa de cada día le agregaban un poco de masa del día anterior y esperaban un rato. Luego, cocinaban esa nueva mezcla en un horno. El pan quedaba blando, esponjoso y rico para comer.

¿SABÍAS QUE LA MASA PARA PIZZA TAMBIÉN LLEVA LEVADURAS?



El pan egipcio salía tan rico porque llevaba **levaduras**, como el pan que comemos habitualmente. Las levaduras son seres vivos muy pequeños, tan pequeños que no se ven a simple vista. Se reproducen naturalmente en la masa del pan crudo si uno la deja "descansar". Cuando se colocan levaduras en una masa, esta se llena de burbujitas de gas que la inflan. Gracias a ellas comemos un pan esponjoso y tiernito.



CONOCEMOS A UN PANADERO

**NARCISO DÍAZ,
77 AÑOS**



NARCISO COMENZÓ COMO AYUDANTE DE PANADERO EN EL AÑO 1944, CUANDO TENÍA 13 AÑOS. Y SIGUIÓ TRABAJANDO EN PANADERÍAS TODA SU VIDA. PASÓ POR TODOS LOS PUESTOS: FUE AYUDANTE, PALERO, ESTIBADOR, AMASADOR, MAESTRO PANADERO Y PASTELERO. TAMBIÉN FUE FACTURERO Y PASTELERO.

—¿CÓMO SE AMASABA EL PAN CUANDO USTED ERA CHICO?

—En ese tiempo ya había máquinas amasadoras, pero me contaron que unos años antes se amasaba con los pies.

—¿¡CON LOS PIES!? ¿NO LE QUEDABA “OLOR A QUESO” AL PAN?

—(Entre risas) El pan no quedaba sucio porque los panaderos se ponían bolsas en los pies. Se colocaban los ingredientes en una canaleta o batea larga como una mesa. Después, 2 o 3 personas entraban y amasaban el pan pisándolo muchas veces con fuerza.

—¿NO ERA MÁS FÁCIL AMASAR CON LAS MANOS?

No, porque las panaderías hacen mucho pan. (Piensa un rato como sacando cuentas.) En ese tiempo amasábamos 250 kilos de pan por día.

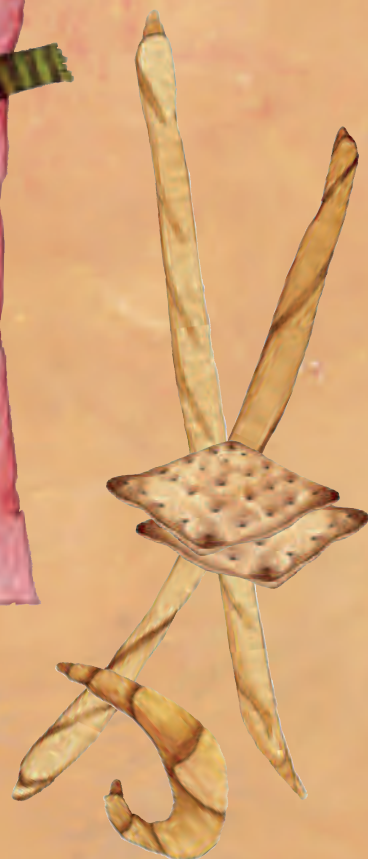
—¿Y LOS HORNOS? ¿FUERON SIEMPRE IGUALES?

No, antes eran hornos de leña que le daban un sabor especial al pan; pero ahora son eléctricos o a gas.

—¿A QUÉ HORA SE LEVANTA UN PANADERO?

¿CUÁNTAS HORAS TRABAJA?

Yo siempre me levantaba a las tres y media de la madrugada. Entraba a trabajar a las cuatro de la mañana y eran más de diez horas de trabajo por día.



—¿AL LEVANTARSE TAN TEMPRANO NO SE DORMÍA EN TODOS LADOS?

Sí, aprovechaba para dormir mientras la amasadora funcionaba o en ratitos libres. También me dormía en el colectivo y al mediodía volvía a casa para dormir una siesta.

—¿CÓMO SE VESTÍA PARA TRABAJAR?

Todo de blanco, camisa, pantalón y gorra.

—¿COMÍA EL PAN QUE USTED MISMO HACÍA?

Sí, bien calentito apenas salía del horno.

—¿LES SOBRABA PAN?

Sí, pero lo poníamos en una estufa para que se secase. Después se rallaba. El dueño de la panadería vendía el pan rallado en los almacenes.

—¿QUÉ PAN LE GUSTABA MÁS?

El pan criollo, que ahora no se hace más en las panaderías. Me gustaba porque tenía un poco de manteca.

—¿NO SE ABURRIÓ DE COMER PAN, FACTURAS Y TORTAS?

No, pero el pan de antes era más rico que el de ahora. Antes era más crocante y seco, ahora algunas veces parece una goma porque lo sacan crudo del horno.

—SI SE ENCONTRARA CON UN JOVEN DECIDIDO A SER PANADERO, DÍGANOS EN POCAS PALABRAS, ¿QUÉ CONSEJOS LE DARÍA?

Lo alentaría a seguir porque es un lindo trabajo. Le diría que no es un trabajo pesado y que aprenda todos los oficios, desde ayudante, facturero y pastelero hasta maestro panadero. Además es un lindo trabajo porque el pan nunca le va a faltar.

Los nutricionistas argentinos nos recomiendan ser moderados en el consumo de facturas, tortas, masitas y galletitas. También nos dan ideas, por ejemplo, para aprovechar el pan duro pueden hacer pan rallado, budín de pan y tostadas.

MIS IDEAS

Un grupo de chicos pensó estas preguntas para hacerle a un panadero.

¿Hacen malabares con los panes y facturas?

¿Por qué se visten de blanco?

¿El horno de panadería es como el de la cocina de mi casa?

¿Las panaderías de ciudad son iguales que las de campo?

¿De tanto amasar se vuelven musculosos los panaderos?

¿Y vos qué le preguntarías? Te proponemos hacer tu propia entrevista al panadero de tu barrio.