Il pane della consapevolezza.

Viviamo un'epoca di grandi trasformazioni nell'ambiente di vita: il secolo che è trascorso è stato caratterizzato da urbanizzazione e industrializzazione molto intense. La velocità con cui questi cambiamenti sono avvenuti ha fatto si che l'uomo si distaccasse, altrettanto rapidamente, nel bene e nel male, dalla stretta dipendenza dalla terra e dai cicli della natura. In questo passaggio abbiamo sicuramente perso qualcosa: una visione, istintivamente, ecologica della vita.

La pratica della panificazione domestica con la pasta madre può farci sperimentare un rapporto diverso con il cibo. La pasta madre, come il suolo, è un sistema vivente di cui prenderci cura, con cui creare una relazione di “nutrizione reciproca”. Se la farina che usiamo è quella di Spiga e Madia, questa relazione si estende al territorio riportandoci ad una dimensione rurale: il contatto con la terra, la coltivazione di essa per il proprio sostentamento, le stagioni, la conoscenza dei cicli della natura erano alla base di quella cultura naturalmente "ecologica" con la quale l'uomo si metteva in equilibrio con il mondo.

Se sei interessato a conoscere meglio il progetto Spiga e Madia, o a diffonderlo, partecipa al nostro laboratorio.

Sperimenteremo la tecnica di impastamento e diversi modi di dare la **forma al pane** (non ci crederete ma gusto e consistenza cambiano anche solo con la forma). Utilizzeremo e distribuiremo pasta madre...scoprendo così i segreti della **lievitazione naturale.**

I "docenti" del corso sono membri del nostro gruppo che hanno sperimentato con successo questa pratica e vogliono condividerla, ma che magari sperano di trovare tra gli "allievi" esperti in tecniche che non conoscono...per un arricchimento reciproco. Quindi... principianti assoluti e super esperti siete tutti invitati a mettere le mani in pasta insieme con noi!

Il corso è gratuito, se te la sentirai potrai..sdebitarti riproponendolo in iniziative di sostegno al progetto Spiga e Madia.