



**ISPRA**  
Istituto Superiore per la Protezione  
e la Ricerca Ambientale



*Corylus avellana - Nocciolo*



*Arbutus unedo - Corbezzolo*

## FRUTTI DIMENTICATI E BIODIVERSITÀ RECUPERATA

Il germoplasma frutticolo e viticolo  
delle agricolture tradizionali italiane.  
Casi studio: Piemonte e Sardegna



**ISPRA**

Istituto Superiore per la Protezione  
e la Ricerca Ambientale



**Scuola Malva Arnaldi**

Ricerca, formazione  
e divulgazione  
in agricoltura



**Laore**

Agenzia regionale  
per lo sviluppo in agricoltura



# FRUTTI DIMENTICATI E BIODIVERSITÀ RECUPERATA

Il germoplasma frutticolo e viticolo  
delle agricolture tradizionali italiane.  
Casi studio: Piemonte e Sardegna

L'Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale (ISPRA) e le persone che agiscono per suo conto non sono responsabili per l'uso che può essere fatto delle informazioni contenute in questa pubblicazione.

**ISPRA** - Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale  
Via Vitaliano Brancati, 48 – 00144 Roma  
[www.isprambiente.gov.it](http://www.isprambiente.gov.it)

ISPRA, Quaderni Natura e Biodiversità - 7/2015  
ISBN 978-88-448-0708-5

Riproduzione autorizzata citando la fonte

**Elaborazione grafica**

ISPRA

Grafica di copertina: Sonia Poponessi

Disegno di copertina: Sonia Poponessi

**Coordinamento editoriale:**

Daria Mazzella

ISPRA – Settore Editoria

**Impaginazione:**

Pietro Massimiliano Bianco

ISPRA – Dipartimento Difesa della Natura

Luglio 2015

condizioni favorevoli forma veri e propri boschi, seppure di limitata estensione, come specie dominante.

**Prodotti:** ghiande, funghi, legname, pascolo.

### **Il pane di ghiande**

*Claudia Pinna*

Le querce, oltre a rappresentare un importante alimento per il bestiame, sono state, probabilmente, le prime piante a fornire nutrimento al genere umano. Definite "Re degli alberi ed alberi dei Re", i loro frutti hanno costituito, in passato, una importante risorsa alimentare per le popolazioni primitive e le classi meno abbienti, e tutt'oggi, vengono consumati in molte parti del mondo.

L'uso delle ghiande nella panificazione è conosciuto per il Kurdistan, la California (aborigeni: Pomo Indians e tribù dei Maidu, Nomlaki e Wintu) e per alcune regioni del Mediterraneo: Iran e Penisola Iberica, mentre in Italia è segnalato per la Calabria, nella zona della Bovesia, e per la Basilicata.

In Sardegna, il pane di ghiande, chiamato in sardo Pan'ispeli, ha rappresentato per lungo tempo un prezioso alimento, commercializzato ad un prezzo superiore rispetto a quello di farina scelta. Diffuso soprattutto in Ogliastra (Sardegna centro-orientale) si confezionava con ingredienti insoliti quali ghiande dolci, cenere ed argilla, tanto che venne citato da numerosi studiosi quale alimento singolare.

Il pane di ghiande è un pane nero, dal profumo intenso e dal sapore paragonabile a quello delle castagne ma con un leggero retrogusto terroso dovuto alla presenza dell'argilla. Quest'ultima consentiva di neutralizzare il sapore aspro dei tannini contenuti nelle ghiande, di ottenere un prodotto ricco in elementi minerali e, al tempo stesso, di utile rimedio per anemie, gonfiori di pancia e mal di stomaco.

Si ritiene che il pane di ghiande non venisse confezionato solo per estrema povertà e fabbisogno di sostanze minerali ma che fosse un alimento rituale, la cui preparazione nascondeva dei riti sacrali e simbolici che con il tempo sono andati persi.

La preparazione, sebbene con alcune varianti locali, seguiva infatti una sequenza ben precisa e gli ingredienti utilizzati dovevano provenire unicamente da determinate piante e aree tramandate nel corso delle generazioni. Alcune di queste località conservano, nella toponomastica regionale, termini che richiamano singole piante o querceti dalle ghiande dolci, come Ilix Durci (Leccio dalle ghiande dolci). I frutti dolci, riconoscibili per la morfologia rotondata e piccole dimensioni, venivano raccolti in autunno esclusivamente da boschi di leccio e/o roverella, fatti essiccare e privati del tegumento in seguito alla battitura su pietra. Contemporaneamente si procedeva al prelievo dell'argilla, che veniva dapprima colata, depurata e poi versata in una bacinella di terracotta contenente acqua fredda dove si lasciava per alcuni giorni avendo cura, ogni tanto, di mescolarla. L'acqua arricchitasi in elementi minerali rilasciati dall'argilla, veniva messa a bollire e, a questa, si aggiungevano le ghiande. In alcuni paesi sussisteva la consuetudine di aggiungere la cenere di vitigni o roverella per ridurre i tempi di cottura delle ghiande che normalmente si aggiravano intorno alle 9 ore. Si ottenevano così tre tipologie di prodotto

- Lande 'e perra chin brodu una sorta di minestra di ghiande, dall'aspetto poco invitante e pertanto di esclusiva consumazione familiare;
- Lande cottu o Cunfettu, più noto come Pan'ispeli, prodotto rustico, per la presenza di ghiande intere nell'impasto, destinato agli uomini per il sostentamento nei lavori pesanti e mandato in dono ad amici, parenti e vicini di casa;

- Lande 'e fitta o Gheladina, prodotto raffinato, simile alla polenta, considerato quasi un dolce da destinare a bambini, ammalati ed anziani.

Dal punto di vista nutrizionale, questo curioso alimento, è stato definito talvolta nocivo per la salute, altre volte nutriente e salubre. Ai primi del 1900, era ritenuto cibo fortificante ma difficilmente digeribile.

Dalla seconda metà degli anni quaranta del secolo scorso, l'antica tradizione della panificazione delle ghiande è caduta in disuso e, oggi, il pane di ghiande non rientra più nel regime alimentare quotidiano ma viene riproposto in occasione di alcune sagre da quelle poche donne dell'Ogliastra che conservano, gelosamente e con orgoglio, il ricordo di una remota tradizione destinata presto a scomparire. In altre parti dell'isola la preparazione di questo cibo desueto non è invece più conosciuta.



*Pan'ispeli (C. Pinna)*

### **Il paesaggio della macchia a eriche e corbezzolo**

La macchia a erica e corbezzolo rappresenta uno stadio intermedio della serie evolutiva verso la lecceta nelle aree di natura silicea, dal livello del mare sino a 1000-1400 m di quota ed evolvono anche a boschi veri e propri di corbezzolo, che si possono osservare in diverse aree della Sardegna. Le macchie a erica e corbezzolo sono tra quelle maggiormente diffuse ed apprezzate per il fogliame per il pascolo caprino e per l'allevamento delle api che producono, in primavera con l'erica arborea il delicato miele di erica e nelle fioriture autunnali e invernali del corbezzolo, il tipico miele amaro.