

Tutte le declinazioni del pane sardo

Viaggio nei forni dell'isola

Sardegna? Mare. Pane sardo? *Carasau*.

Tutto qui? Non c'è altro da dire?

Niente di peggio che questo gioco di associazioni per constatare come una indicibile ricchezza di ambienti dell'isola è normalmente ristretta al solo tratto di costa – e magari neppure a tutto il litorale, ma alle sole tre o quattro spiagge più celebri – e, alla stessa maniera, la varietà dei prodotti dei forni sardi è ridotta alla famosa '*carta da musica*'.

Si capisce: quelle spiagge, degnamente pubblicizzate dalle agenzie di viaggi, come pure le sottilissime sfoglie, servite nei *nuraghe restaurant* di tutt'Italia, hanno la fama che meritano. Non si discute. Ma davvero Sardegna significa solo il suo mare? E sul serio pane sardo vuol dire solo *carasau*?

Non è così, naturalmente! Ma ce se ne dimentica con facilità.

Allora, ecco un itinerario inconsueto, un itinerario che percorre l'intera isola, alla ricerca di cose belle e cose buone. Poi, ditemi se anche questa non è una Sardegna magnifica e se le fragranze che avete assaporato non vi hanno ugualmente entusiasmato.

Va da sé che il nostro periplo cominci dal Campidano, granaio della Sardegna fin dai tempi dei romani: anzi, dei fenici! Da Cagliari ci vuole un'oretta per raggiungere Gonnosfanadiga: meglio se, mentre vi allenate a pronunciare correttamente questa specie di scioglilingua, vi tenete lontani dalle strade principali e scegliete quelle minori, più tranquille, che vi diano il tempo, la velocità giusta per 'entrare' nel paesaggio. Colpisce la vista la presenza di estesi impianti di olivi: se ne censiscono 250.000, che alimentano la produzione di un olio di eccellente qualità per la bassissima acidità e assai richiesto per l'inconfondibile e piacevole aroma: non per niente, ogni anno, la Sagra delle Olive attira più di trentamila visitatori.

La città, graziosa, non ha però particolari attrattive: ma è bene fermarsi per fare provvista. Olio, appunto, e pane: quello prodotto da una decina di forni artigianali. La scelta è sufficiente a mettere in imbarazzo: meglio i ghiotti panini con ciccioli di lardo o *su civraxiu*, un grande pane tondeggiante, dalla crosta morbida e dorata, conosciuto anche come *moddixina* o *moddizzosu* proprio per la sua sofficietà e adattissimo per le bruschette? E che dire degli eleganti *coccoi a pitzus*, elegantissimi pani resi lucidi per immersione nell'acqua bollente e decorati da una frangiatura abilmente eseguita sui bordi mediante speciali forbici? Forse inadatti, questi ultimi, per portarselo nello zaino durante le suggestive escursioni sul monte Linas, vera attrazione di Gonnosfanadiga. Un percorso di trekking – come si dirà, in sardo? – parte dalla miniera Perda de Pibera, nell'omonimo parco, il più esteso della regione e ricco di secolari querce, lecci e tassi: qui, il Comune ha restaurato le vecchie strutture destinandole, in particolare, ai soggiorni estivi per disabili. Da quota 500, si sale in qualche ora prima al passo Genna Farraceus (con impagabile vista sulle Punte Santu Miali) poi, aggirando Punta Camedda, fin sotto l'incombente Punta Perda de Sa Mesa (m 1.236). Dalle creste più alte, il colpo d'occhio è strabiliante: si va dal Campidano alla piana di Oristano, dal Sulcis al Gennargentu; nelle giornate terse si arriva a vedere Cagliari.

Meno impegnativa è la gita che, raggiunta la chiesa rupestre di Santa Severa, porta all'Ovile Linas: a meno di non affrontare il ripido percorso fino alle selvagge gole del Rio Linas e del Rio Muru Mannu: impresa che però merita, anche solo per raggiungere la strepitosa cascata del Muru Mannu, alta 70 metri! Per maggiori dettagli

Seconda tappa del nostro tour è Villaurbana, a soli venti chilometri da Oristano. Anche qui, il centro abitato non si segnala per particolari pregi di carattere monumentale. A dire la verità, non c'è neanche un artigianato panificatorio sviluppato come a Gonnos. Qui – ed è questo che rende

speciale Villaurbana – il pane, è un affare di famiglia: ognuna ha il suo forno, le sue tradizioni. Sono tutti prodotti elaboratissimi, decorati e lucidati, lavorati con destrezza con coltelli e forbicine e, perfino, con le sole unghie dei pollici. Le forme ed i nomi variano secondo gli ingredienti, le modalità di preparazione, i destinatari e le ricorrenze, con una sconfinata fantasia: ecco allora la *lada puida*, pagnotta circolare, o il *pe' e boi*, la cui parte superiore riproduce la zampa di un bue, e la *pippiedda*, evidentemente destinata ai bambini. E si potrebbe continuare con un elenco sterminato: *pani impressau*, *ciuesci ciuesci*, *mesu luna*, *lada de civraxiu 'rossu*, *lada cun ollu* e *lada cune edras*, *puddiscedda* e *puddiscedda priuzza*, *spoba*, *tiranti*, *scett'assou*, *aniadedda*, *mongiscedda*, *pettisceddu* (o *sonettu*), *costalleddas po pippiu*, *bicicredda*, *axroba*, *carroghedda*, *parrisceddu*, *pramma*, *caccoi cun ou*, *lazzareddu*, *serpenti*... perfino *cuccu de canis*, pane per i cani! Un catalogo faticosamente censito da Mirella Tatti e per il quale il Comune sta allestendo un inedito Museo del Pane.

Niente di meglio, per assaporare queste fragranze, che compiere una passeggiata sul Monte Arci, dove l'emozione procurata dalla presenza del complesso nuragico di Craddaxius, quasi inghiottito in un boscosissimo lecceto, s'intreccia con l'avvincente consapevolezza che proprio in questo rilievo di origine vulcanica, in età preistorica e per molti secoli, veniva raccolta e commerciata – per tutto il Mediterraneo e fino nel Nord Europa – l'ossidiana, un minerale vetroso, nero e lucente, prodotto da colate laviche risalenti ad oltre 3,3 milioni di anni fa, materia prima per ottenere lame taglienti, raschiatoi o punte di frecce: gli elementi, cioè, con i quali l'uomo primitivo riuscì a compiere i primi passi verso lo sviluppo delle civiltà evolute (e le comunità protosarde fecero il loro business...).

Per un altro affascinante tuffo retrospettivo nelle più arcaiche tecnologie che hanno fatto la storia dell'alimentazione umana – e con essa, dell'uomo – occorre risalire ancora verso il nord della Sardegna, quasi a metà strada tra Sassari e Nuoro. A Ozieri, insomma, dove, presso il Molino Galleu, è stato allestito un eccellente Museo dell'Arte Molitoria e della Panificazione, con reperti che vanno dalle antiche pietre molari in uso presso in nostri antenati, fino alle macchine impiegate nella seconda metà del Novecento (compreso un tuttora funzionante molino a palmenti).

Ozieri, peraltro, è città bellissima: il borgo offre emozioni per tutte le sensibilità artistiche e culturali: dalle Grotte di San Michele, importante insediamento neolitico, al *Prometeo* di Aligi Sassu, grande murale nei giardini di San Gavino; dalla Cattedrale neoclassica, con lo splendido polittico del Maestro d'Ozieri, alla monumentale fontana Grixoni ed ai palazzi sormontati dai *sutteas*, le caratteristiche loggette sottotetto; dalle chiese di san Francesco, di santa Lucia o dei Cappuccini, ai tre Musei: archeologico, del Cavallo, della lingua sarda.

La mia scelta, lo confesso, sta di nuovo fuori del centro storico: no, non Sant'Antioco di Bisarcio, che pure, per la sua silenziosa grandiosità rupestre, esercita un insolito fascino mistico. No, il mio entusiasmo smarrito, la mia vertigine di sentimenti va alle impronte di mani preistoriche rintracciate sulle rocce di due caverne segnalatemi da due amici ozieresi. Lì nei pressi, mi siedo ai piedi d'un ulivo e apro il cartoccio per uno spuntino: una *spianada*, una tonda focaccia di Ozieri, un pane molto pregiato per gusto e morbidezza, sul quale ho cura di sciogliere del lardo infilzato a uno spiedo. I bocconi si fanno meditativi: quelle impronte di mani... quell'ulivo al quale mi appoggio... quei saporiti bocconi che addento... Segni essenziali e veri di civiltà.

Siamo alla fine del viaggio. Ma sì... A questo punto del nostro itinerario, la Sardegna può voler dire anche il suo mare. Sceglietevi pure la spiaggia che volete! Se posso permettermi un suggerimento, mi orienterei sul litorale barbaricino o dell'Ogliastra: che so, Orosei, Cala Gonone, Cala Luna o Arbatax. È nel loro retroterra montano, nei covili dove i pastori trascorrevano giorni e giorni lontani dalle famiglie e dai centri abitati, che fu concepito il pane carasau, di grano o di orzo, sottilissimo, croccante, fatto per durare a lungo. Quando, immancabilmente, al *nuraghe restaurant* dove desinerete, ve ne porteranno un cestino, fateci mente locale: state assaggiando un pezzo di Sardegna. Un'isola che offre non solo un insuperabile mare, non solo una gustosissima sfoglia.

Filippo Radaelli