

Le pain

Language

French

Le pain est l'un des aliments les plus vieux, il est apparu en Mésopotamie à partir de la domestication du blé sauvage, sa fabrication et entreposage a permis une révolution extraordinaire liée à la sédentarisation des communautés humaines. C'est l'un des aliments clés de la Diète Méditerranéenne. Plusieurs rituels suivent la fabrication du pain et son usage est sacré depuis la création du christianisme dans l'eucharistie, sous la forme d'hostie et corps symbolique du Seigneur.

Le pain est fait à partir de farines mélangées avec de l'eau, surtout avec du blé mais également du seigle, de l'orge, avoine et maïs.

Il est cuit après qu'il soit pétri dans un four à une température élevée. Il en existe d'innombrables variétés et formes de confection, levé ou fermenté et azyme, blanc ou intégral, pain de maïs,Le biscuit, le "*pão do mar*"(pain de la mer) était connu des grecs et des romains et a été l'aliment principal pendant les navigations planétaires des portugais dans les XVe et XVIe Siècles.

Le maïs a été rapporté des Amériques au Portugal où il s'est adapté au climat particulièrement humide et a permis l'apparition d'un nouveau type de pain. Dans les peintures des siècles passés sont retraitées des épisodes de la vie rurale liée au cycle du pain, aux moissons, sarclage, meuniers, fournisseurs, boulangers et beaucoup d'autres épisodes de la vie rurale.

Les récoltes de blé et les champs de maïs continuent encore aujourd'hui à faire partie du paysage portugais, ainsi comme les moulins à vent, à eau et à marée. Au Portugal, on fête le "Jour de l'épi", le "pain des pauvres", les cortèges d'offrandes dans les "*Tabuleiros*" à Tomar ou du Saint Esprit aux Açores.

À l'Algarve, il y a aussi beaucoup de variétés et qualités de pain, dans les maisons rurales, la présence de fours en pierre est une constante.