



di Maurizio De Pasquale  
[www.orlandipasticceria.com](http://www.orlandipasticceria.com)

# Il PANETTONE

*tra storia e leggenda*

**C**i troviamo nella Milano degli Sforza, quella di Francesco I e Ludovico il Moro nel '400-500. Città misteriosa, intrigante, di delitti ma anche di radicate tradizioni. Città nella quale un'usanza natalizia d'origine viscontea e nordeuropea raggruppava intorno al ciocco di Natale la **nobiltà meneghina**, tra cui anche Bianca

Maria, ex moglie di Ermes Visconti. Davanti al camino nel salone principale del Castello Sforzesco, il **Duca** usava bagnare con il vino il grande tronco che sarebbe durato fino all'Epifania. Avrebbe poi tagliato 3 pani, di cui una fetta sarebbe stata conservata fino al Natale successivo come simbolo di continuità. Quel pane era il "Panettun".

## LE LEGGENDE

La storia del panettone è avvolta nella leggenda o meglio nelle leggende.

La prima narra di un amore non corrisposto tra il falconiere Ughetto degli Atellani e la bella Adalgisa, figlia di un fornaio. Per conquistarla, Ughetto si fa assumere dal panettiere come garzone. Il panettiere è in crisi, per cui Ughetto detto Toni decide di vendere due suoi falconi per acquistare burro, uvetta, zucchero, uova, cedro e arancia canditi. Il pane che ne viene fuori, risolve le sorti del forno e dà ad Ughetto le chiavi per il cuore dell'Adalgisa. Un'altra leggenda è quella che lega la nascita del panettone alla suora Ughetta che, per festeggiare il Natale nel suo povero convento stende una focaccia, facendovi sopra un segno di croce. A sera,

Ughetta trova la focaccia gonfia all'inverosimile: s'è trasformata nel panettone odierno.

La terza leggenda. È Natale: la corte di Ludovico il Moro è piena di aristocratici. Dopo una cena sfarzosa ci s'attende un dolce natalizio di pari ricchezza ed esclusività. Nelle cucine, però, qualcosa è andato storto e il dessert s'è bruciato. Il piccolo sguattero Toni, provvidenzialmente per tutti, aveva tenuto per sé un po' di burro con il quale era riuscito a creare un pane speciale. Umilmente, privandosi del suo pane di festa, lo offre al capocuoco che subito lo presenta a Ludovico il Moro e alla sua corte. Il dolce riscuote un grandissimo successo, diventando così il "pan de Toni".

## LA VERA STORIA

La storia, però, è ben diversa. Fino al 1395, infatti, i panettieri di Milano potevano produrre pani da ricchi, ossia tutti quelli di frumento, solo a Natale (ne era escluso il Prestino dei Rosti, fornitore dei più abbienti). Per Natale, quindi, c'era l'usanza di consumare pani di qualità e il panettone ne fu la naturale evoluzione.

A nominare per la prima volta il **lievito** è il "Nuovo cuoco milanese



economico", ricettario di Giovanni Felice Luraschi. Era il 1853. I **canditi** (in particolare quelli di cedro) compaiono nel 1854 su un trattato di cucina e pasticceria di Giovanni Velardi, cuoco dei Savoia. È da notare, quindi, come il dolce fosse già diffuso in tutto il Nord.

## LA FORMA DEL PANETTONE MODERNO: UN'EVOLUZIONE DURATA CENT'ANNI

Lo dice il nome stesso: il panettone era un grande pane, che fino all'inizio del '900 veniva infornato senza l'ausilio di stampi. Di conseguenza era notevolmente più basso. Il motivo? Il ridotto apporto di grassi nell'impasto, di gran lunga inferiore a quello presente nei panettoni odierni. Oggi, infatti, se ne usano dai 600 ai 700 gr. per kg di farina, per non parlare del numero di tuorli impiegati nella preparazione.

Fu **Angelo Motta** a dar forma al panettone moderno negli anni '20 del '900. Probabilmente, il pasticcere, fornaio ed imprenditore di

PER **NATALE**  
C'ERA L'USANZA  
DI CONSUMARE  
**PANI DI QUALITÀ** E  
IL **PANETTONE** NE  
FU LA NATURALE  
**EVOLUZIONE**





Gessate fu influenzato dal kulič russo, che produsse in 200 unità per la comunità ortodossa milanese. Il **kulič** è un dolce pasquale molto simile al panettone, dal quale si differenzia per l'utilizzo di spezie tipicamente orientali (noce moscata, cardamomo...). La vera particolarità del kulič, però, è quello di essere molto alto. Motta, quindi, aumentò i grassi all'interno dei suoi panettoni e li fasciò con carta paglia, dandogli così uno slancio verticale. A Milano non è raro trovare panettoni che abbiano la vecchia conformazione bassa.

## IL PANETTONE SENZA GLUTINE

Siamo tutti d'accordo che il panettone così come da disciplinare deve avere farina di frumento ed altri ingredienti. Tuttavia, perchè non realizzare un "panettone" anche senza glutine?

Per i più attenti se è senza glutine o vegano non si potrebbe chiamarlo panettone, ma per semplicità lo chiamerò comunque panettone.

Partiamo dal presupposto che ormai siamo in grado di produrre eccezionali **panettoni senza glutine**. Come? Miscelando sapientemente farine e amidi senza glutine con l'aiuto di qualche addensante che ci aiuta a simulare l'elasticità del glutine stesso che non c'è. Ma chi ci dà la struttura, ovverosia la capacità di tenere più a lungo una lievitazione? Ovviamente le proteiche che, anch'esse devono essere miscelate con intelligenza mediante la giusta scelta delle farine senza glutine che apportano le proteine adeguate.



SCEGLIERE LE **FARINE SENZA GLUTINE** CHE CI AIUTANO A CARATTERIZZARE IL NOSTRO PANETTONE È **FONDAMENTALE**

Entriamo più nel dettaglio.

Scegliere le **farine senza glutine** che ci aiutano a caratterizzare il nostro panettone è fondamentale. Farine ricche di fibre, ma anche integrali sicuramente ci aiutano in tutto questo. Ad esempio, inserire della **farina di canapa** o del **grano saraceno** vuol dire dare una connotazione particolare al panettone stesso. Ma qui parliamo di sapore e di proteine. Se vogliamo aiutarci nell'elasticità dobbiamo sicuramente aiutarci con degli **addensanti**, tipo lo Xanthano e sicuramente con le uova. Certo, se non abbiamo problemi di intolleranze al latte anche le proteine del latte ci aiutano a mantenere insieme gli ingredienti e aumentare l'elasticità.

**ALTRA NOTA:** nel mondo senza glutine non servono doppie lievitazioni, è sufficiente rispettare singole e **dirette lievitazioni** purché siano dolci e lente, limitando il più possibile i lieviti aggiunti. Meglio ancora se lievito madre senza glutine. Vediamo come "assemblare" un panettone senza glutine.

### LE POLVERI

Selezionare delle farine alto proteiche eventualmente aiutarsi con **farine da leguminose**.

Aggiungere una parte di amidi, tra il 40-50% sul peso totale delle polveri. Ricordatevi che l'amido di mais struttura meglio dell'amido di riso. Anche la tapioca è un ottimo amido. A tutto questo aggiungete una parte di addensanti tra cui: Xanthano max 1%, cellulose max 3%.

### LIQUIDI

Le uova sono fondamentali. L'albume struttura poichè ricco di albumina (proteina), mentre il tuorlo da effetto legante. Quindi sicuramente **uova intere**, con un'aggiunta di tuorlo.



**GRASSI**

Ovviamente il burro, oltre che strutturare, dona sapore. Le proteine contenute nel **burro** essendo elastiche e lunghe migliorano sensibilmente la struttura del panettone stesso.

Se invece si vuole optare per l'**olio** ad esempio di girasole, sceglierne un tipo altoleico (maggior apporto di acidi grassi saturi) strutturante. Rispetto al burro, mettetene il 60% circa (100 gr di burro = 60 gr di olio) e compensate con aggiunta di uova intere.

Per le aromatizzazioni spazio alla fantasia.

**PROCEDIMENTO**

Nel senza glutine non dobbiamo necessariamente seguire particolari ordini nell'inserimento di ingredienti, tuttavia vi consiglio:

1. la parte aromatica miscelata con matrici grasse o zuccherine;
2. la parte grassa aggiungetela poco per volta come ultimo ingrediente;
3. anche l'aggiunta di acqua inseritela poco per volta;
4. tutte le aromatizzazioni in granella (uvetta, gocce di cioccolato etc..) dopo il burro e fatele girare pochissimo per non rovinare la catena proteica che si è creata.

**Ingredienti**

500 g di polveri	80 g di panna 38%
30 g farina di canapa	20 g di mascarpone in alternativa zucca in polpa
110 g farina di grano saraceno	50 g di miele di acacia
50 g farina di riso integrale	10 g lievito compresso oppure
30 g farina di lenticchie o ceci	150 g lievito madre senza glutine
260 g amido di tapioca	450 g canditi e uvetta
5 g Xanthan	
15 g CmC	
250 g di uova intere	
50 g di tuorlo	
130 g di burro 82% (a pomata)	

**Preparazione**

Mescolare tutti gli ingredienti, inserendo per ultimi i grassi e poi i canditi e l'uvetta. Pirlare molto bene la massa ottenuta e posizionare nei pirottini.

Lasciare lievitare fino a che la massa avrà raggiunto il bordo del pirottino a 26^ con 85% U.R. (i tempi di lievitazione variano a seconda dei lieviti, umidità e temperature). Cuocere a 160-170° C per 50-55 minuti o comunque a 94^ al cuore. Capovolgere come per un panettone tradizionale.

R



LA RICETTA  
Panettone  
SENZA  
GLUTINE