

# In tavola il pane del Sud Sardegna: il Civraxiu

scritto da Giulia Tartaglione | 08/02/2021



**Morbido dentro, dorato e croccante fuori, il Civraxiu è un antico pane sardo da consumare in mille modi. Ottimo per i crostini con il pomodoro, può essere anche impastellato e fritto o gustato da solo**

Il pane occupa un posto d'onore in ogni tavola apparecchiata che si rispetti. E se vi trovate nella **Sardegna centro-meridionale** quel posto d'onore è riservato al **pane Civraxiu**. Non fatevi ingannare dalla "x", la pronuncia di questo **tipico pane sardo** è morbida come la sua mollica e si legge "*civrasciu*" (in fonetica questo suono si scrive [ʃ]).

## **Pane Civraxiu**

Avvolto dalla sacralità che riguarda tutti i pani del mondo, la **forma del Civraxiu** ricorda quasi una cupola ma si presenta anche in altre versioni a seconda del paese di produzione. Nel Sulcis somiglia ad un "vulcano", in altre zone del Campidano si presenta più allungato e schiacciato; e ancora, nella zona della Marmilla e Trexenta, risulta più piccolo e con una tipica spaccatura sulla crosta.

## Ingredienti semplici, e un asinello

Gli ingredienti per realizzare il Civraxiu sono semplici e sono i protagonisti della sua fragranza: **semola di grano duro**, farina di grano duro e *su frammentu*, il lievito madre. In passato questa farina veniva macinata “a pietra” con un sistema che utilizzava un asinello il quale, girando attorno a una macina, permetteva la rotazione della lastra volta a schiacciare il grano così da far uscire la farina. Oggi l’incombente lavoro non è più affidato a questi collaboratori del passato che sono stati sostituiti dai tecnologici macchinari a cilindri.

## Le fasi di lievitazione

La preparazione del pane Civraxiu si svolge in due fasi. In un primo momento, si effettua una **lievitazione di massa** in cui si pone tutto l’impasto a riposare, successivamente si formano i singoli panetti che vengono adagiati nei cestini e coperti con un telo di lino per una seconda lievitatura, detta **puntatura**.

Oggi il Civraxiu si trova quotidianamente nei panifici, ma un tempo la preparazione avveniva una volta alla settimana tra le mura domestiche. La lievitazione naturale permetteva una conservazione abbastanza lunga e, durante la preparazione, veniva sempre tenuto da parte e conservato un pezzo di impasto che diventava frammentu per le preparazioni successive.

## Sanluri e il Museo del Pane

Nella Sardegna Centro Meridionale le caratteristiche del Civraxiu variano da paese a paese. Quello più famoso è sicuramente quello di **Sanluri**, chiamato **su pani de Seddori**. La stessa cittadina ha allestito un **Museo del Pane** allo scopo di conservare e tramandare nel tempo le antiche usanze legate alla lavorazione di questo pane.

All’interno della struttura è possibile ritrovare anche l’antica “**pintadera**”, un timbro diverso per ogni famiglia che veniva utilizzato quando vi era un solo forno comune per tutto il paese. Apponendo il proprio simbolo prima della cottura, ogni famiglia poteva riconoscere il proprio pane tra gli altri cotti insieme.

## La vera ricetta del pane Civraxiu

- 750 grammi di semola rimacinata
- 250 grammi di farina 00
- 650 grammi di acqua
- 100 grammi di frammentu (lievito madre)
- 20 grammi di sale.

## Preparazione

1. Prendere il frammentu precedentemente spezzato e ammorbidirlo con un po’ di acqua tiepida. Aggiungere farina fino a formare una pallina da lasciare a riposo una notte.
2. Il giorno seguente aggiungere alla pallina di frammentu la farina 00, la semola, il sale e iniziare a impastare versando l’acqua un poco alla volta. Lavorare l’impasto fino a una consistenza uniforme, poi continuare a lavorarlo con i pugni delle mani.
3. Lasciare riposare la massa dell’impasto fino al suo raddoppiamento, coprendo con un telo.
4. Successivamente riprendere l’impasto e lavorarlo nuovamente; formare tre pani da riporre nei cestini per la seconda lievitazione, detta puntatura. Coprire con dei teli in lino.
5. Trascorse alcune ore, quando il volume dei pani sarà raddoppiato, porli in forno statico a 250

gradi per mezz'ora e poi a 230 gradi per dieci minuti.