

# PANE DI TUMMINIÀ



*ruralità  
mediterranea*

# PANE DI TUMMINIÀ

Gesti antichi che si ripetono da secoli, quelli della raccolta e della macinazione delle spighe, da cui si ottiene la buona farina profumata di una volta. Cambia il metodo, le attrezzature, ma non l'emozione dell'attesa, non l'ansia di chi, aspettando gli ultimi giorni per la raccolta, prega affinché un capriccio atmosferico non comprometta il lavoro, le fatiche e i sogni di un anno intero. Ed è così che le coltivazioni dei grani antichi *Tumminìa*, *Simeto*, *Margherito*, *Russello*, grani dismessi a favore di varietà più redditizie, oggi vivono un momento di riscoperta. Il Panificio e Pastificio *Sfillas*, punta all'utilizzo di queste farine integrali, macinate a pietra, perché i prodotti ottenuti siano salutari oltre che buoni.

Il Pane di *Tumminìa* è un ritorno alla tradizione della Sicilia dorata del grano, il recupero della memoria di frumenti che regalano farine scure e ricche di nutrienti e pane dalle fragranze aromatiche. *Flavia Iudica*, nel suo nuovo laboratorio, spiega che il pane "vero", fatto con farine vive, ha un gusto e un sapore ogni giorno diverso. L'eccellente qualità delle materie prime prodotte, selezionate e lavorate, unita alla passione e alla ricerca per le specialità del territorio, fanno del Panificio Pastificio *Sfillas*, un punto di riferimento importante nel cuore cerealicolo tradizionale dell'isola.

Nome

PANE DI TUMMINÌA

Periodo di produzione:

TUTTO L'ANNO

Zona di produzione:

GRAMMICHELE (CT)

Ingredienti:

FARINA DI GRANO DURO DI TUMMINÌA, SALE, OLIO

Packaging:

PRODOTTO FRESCO.

VENDUTO SINGOLARMENTE O A PESO

Rilasciato dal

GAL *Kalat*

Validità Settembre 2015 – Dicembre 2018

*Il Presidente*

ALESSANDRA FOTI  
*Alessandra Foti*

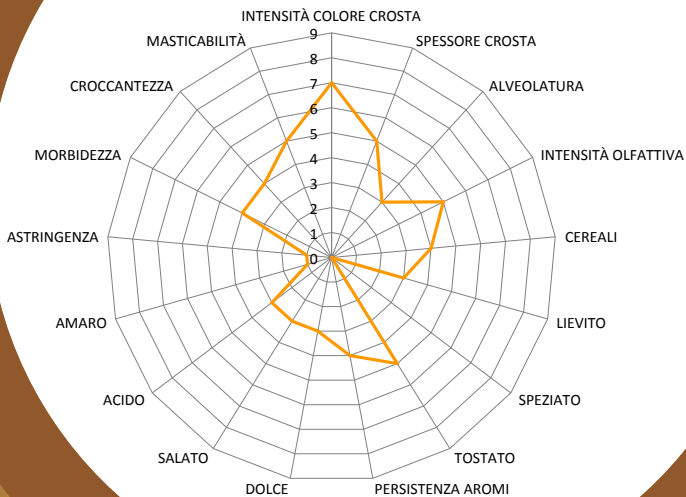
# IL RACCONTO



Nel cuore della Sicilia, le colline in primavera si ricoprono di velluto verde smagliante che, al sopraggiunger dell'estate, s'indora di spighe ricche di chicchi di grano che diventeranno farina e poi pane fragrante e profumato. In questo momento storico in cui ci si chiede qual è la direzione giusta da prendere per andare incontro a un futuro sostenibile, la riscoperta dei grani antichi, forse meno redditizi delle nuove ibridazioni che negli anni li hanno soppiantati, ma certamente più coerenti con le origini, è un punto di partenza fondamentale.

L'imprenditoria più innovativa e creativa nel Calatino ha anche un volto giovane e donna ed esprime una passione e uno spirito d'iniziativa davvero contagioso. *Sfillas* è una società cooperativa fondata da 5 giovani che, messe insieme le rispettive aziende convertite in biologico, hanno scelto di percorrere il sentiero della tradizione, lavorando, e così valorizzando, i grani antichi siciliani per produrre pane, pasta e biscotti. E il profumo delle farine, prima ancora di quello del pane o dei biscotti appena sfornati, riempie naso, ricordi, sogni di un tempo passato, ma mai realmente dimenticato.

# TELA DI RAGNO



# IL GUSTO

Il pane, dal colore dorato intenso tendente al bruno, mostra una crosta di un certo spessore e, al suo interno, una compattezza avida di alveolatura.



L'intensità olfattiva percorre note spiccate di cereali e di aromatico tostato. Da lontano si aggregano sentori di lievito, ma senza insistenza.

Il gusto è soavemente dolce con interferenze di salato e acido, in armonia tra loro.

La morbidezza è contenuta, la masticabilità semplice, la persistenza aromatica non si protrae oltre il necessario.

# TASTING

*This bread, golden in colour tending to brown, shows a crust of a certain thickness and, within it, a compactness hungry for bubbles.*

*The olfactory intensity runs along marked notes of cereals and a scent of toasted. From afar, hints of yeast join in, but without insistence.*

*The flavour is gently sweet with interfering salty and sour, in harmony with each other.*

*The softness is contained, the chewiness simple, the aromatic persistence does not last longer than necessary.*

# LA QUALITÀ NUTRIZIONALE

## BETAGLUCANI ●

I betaglucani sono polisaccaridi naturalmente presenti in alimenti quali la crusca, l'avena ed i loro derivati. Il beneficio potenziale derivante dal consumo di cibi e di integratori ricchi in betaglucani riguarda la loro capacità di ridurre il rischio di patologie cardiovascolari e di rinforzare il sistema immunitario.

I betaglucani sono inoltre additati come sostanze in grado di abbassare elevati livelli di colesterolo LDL, facilitare la guarigione delle ferite, prevenire le infezioni e proteggere l'organismo dal cancro, anche quando il processo tumorale è già in atto.

Il pane è un prodotto ricco di betaglucani, in quello ai cereali inoltre l'apporto di fibra dietetica è notevolmente superiore a quello del pane bianco. Pur non essendo un elemento nutritivo, la fibra è importante per i suoi numerosi vantaggi in termini di salute, il più noto dei quali è l'agevolazione del transito intestinale. Non essendo solubile, la fibra contenuta nel pane garantisce un maggior effetto lassativo.



# LA GARANZIA



Nella produzione di panetteria e biscotteria tipica molti sono gli elementi per i quali il consumatore richiede di essere garantito: la qualità e la provenienza degli ingredienti, la tradizionalità di metodi e ricette, la stabilità, la sicurezza e l'igienicità delle preparazioni finali. Tale obbligo è ancora più stringente nei confronti della clientela commerciale, rappresentata dalla Distribuzione Organizzata e dagli altri punti vendita.

A questo scopo la società cooperativa Sfillas utilizza un sistema di autocontrollo (chiamato HACCP) che impegna i propri addetti ad applicare rigorosamente, in tutti gli aspetti e le fasi (approvvigionamento, lavorazione, confezionamento, esposizione e vendita, spedizione) le precauzioni e le buone pratiche che oggi consentono di ottenere un prodotto di qualità. Ed inoltre, coerentemente con i nuovi obblighi imposti dall'Unione Europea, attraverso il "lotto di produzione" l'impresa riesce anche ad assicurare la "tracciabilità" dei singoli prodotti, rendendo agevolmente accessibili ai consumatori le informazioni sulle provenienze delle materie prime e consentendo il recupero, in tempi rapidi, dei prodotti eventualmente difettati.

# DOVE TROVARE IL PRODOTTO

L'azienda vende i propri prodotti presso il  
Panificio/Pastificio.

Sono inoltre reperibili  
in tutta Italia e in Svizzera.

**E-Commerce:**

[www.sfillas.it](http://www.sfillas.it)

# IL PASSAPORTO

*Il passaporto nasce per iniziativa dei quattro GAL della Sicilia orientale "Eloro", "Etna", "Terre dell'Etna e dell'Alcantara", "Kalat", con il GAL Alto Casertano, nell'ambito del Progetto «RAMSES - Rete Aree Mercatali per lo Sviluppo dell'Economia Sostenibile» finanziato dal P.S.R. "Sicilia" 2007-2013, Misura 421 «Cooperazione interterritoriale, interregionale, transnazionale»*

Per saperne di più  
[www.ilpassaportodelgusto.it](http://www.ilpassaportodelgusto.it)



**GAL  
KALAT  
Scar.l.**



**Agenda 2030  
Sviluppo Sostenibile**  
per la Strategia Nazionale di Sviluppo

## Sfillas Società Cooperativa

Via Vittorio Veneto, 315

95042 Grammichele (CT)

Cell + 39 366 9727131

Email [sfillas@libero.it](mailto:sfillas@libero.it)



PIRELLA GÖTTSCHE LOWE  
PER LO SVILUPPO RURALE  
L'EUROPE INNOVA NELLE AZIONI RURALI



A cura di Cogeia Srl per il Progetto «RAMSES - Rete Aree Mercatali per lo Sviluppo dell'Economia Sostenibile»<sup>®</sup>