

A BROA: SABOROSO PAN DOS NOSOS AVÓS O MILLO SUSTENTO DUNS ANOS MOI DUROS

Por: Nen@s de 5º Curso 2002

INTRODUCCIÓN:

Os venres, no mercado de O Grove, as nosas nais ou avoas sempre compran pan de millo.

A nós gústanos comer un anaquiño de cando en vez, e está moi bo, pero quen máis gozan con el son os nosos avós e bisavós da casa.

Algunha vez a bisavoa ponse pensativa e di: “..Cando eu cocía...”, e mesmo semella que estivese a facer o pan nese intre; entón todos se poñen a falar daqueles tempos nos que o millo non era só para darlle ós animais (as galiñas e ós porcos, sobre todo), senón tamén para facer o pan de todos os días.



Así foi que, na clase decidimos facer un traballo conxunto para a nosa revista escolar “O sabichón”; barallamos varias posibilidades e finalmente decidimos falar sobre o cultivo do millo e todo o proceso que se seguía ata que xa era pan que saía do forno.

O MILLO:

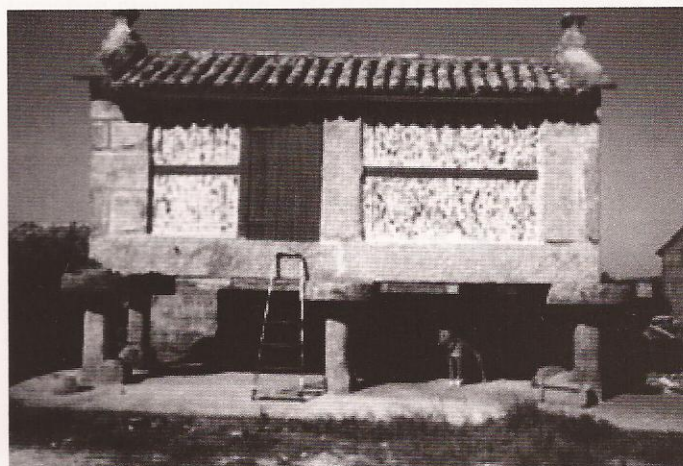
-O millo é un cereal (plantas con froito en espiga das que se aproveita o gran) que se trouxo de América na época da conquista do Novo Mundo e que serviu de alimento para as persoas e os animais durante moitos anos. Hoxe en día nas nosas terras só se cultiva como alimento para os animais. Seméntase entre finais do mes de abril e o mes de maio e

a súa colleita faise no outono (setembro/ outubro). A planta mide entre 1,5 e 2 m. de altura. As follas son longas, planas e aguzadas, cun nervio central e bordes ásperos. A raíz é fasciculada e forte, e por ela absorbe a auga e os minerais. Ten flores masculinas e femininas; a masculina é a da *candea* ou *pendón*, e da feminina nace a espiga.

Se o millo é do país da unha espiga grande e unha pequena; se é híbrido da dúas espigas grandes e unha pequeniña, sempre e cando estea ben abonado.

O froito é o gran, que pode ser branco, amarelo, vermello e negro. Este último é o que se coñece como *millo corvo*. Na parte central da espiga está o *carozo* ou *carolo*, que durante o verán se usa para facer as brasas coas que se asan as sardiñas ou o churrasco. Tamén cando se mata o porco se usan como tapóns na ferida do coitelo para que non se perda o sangue. Antigamente tamén se usaba como cortiza nas botellas; incluso hoxe segue a usarse como axuda para debullar as espigas.

Feita a colleita lévase para o hórreo. Antes cortábase a planta, cargábase no carro e levábase para a eira; alí poñíase en *medeiros* ou *palleiros* e logo a xente da casa e os veciños, polas tardiñas, sentábanse ó redor dos mesmos a *esfollar* as espigas.



Ese era o momento de contar os contos, de cantar e ata de namorárense algúns mozos e mozas.



**HOTEL **
CRUCEIRO**

**Hotel
Cafetería
Restaurante**

Tfnos.: 986 543 947

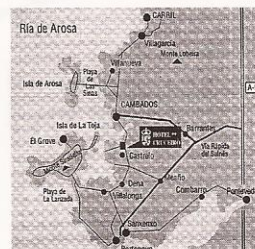
986 524 900

Fax 986 524 911

CASTRELO - BOUZA

Cruce Playas del Facho

36639 CAMBADOS (Pontevedra)



PREPARACIÓN DO PAN DE MILLO:

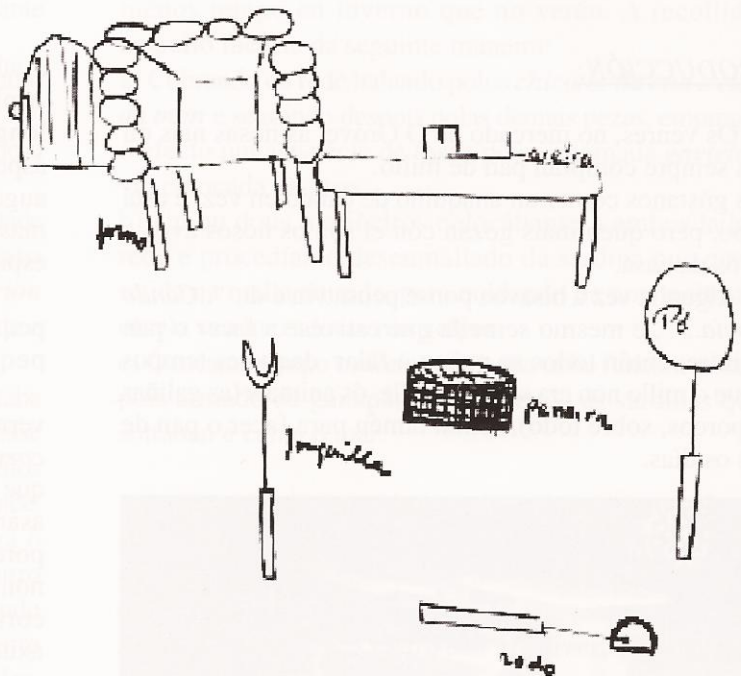
O pan facíase de millo branco, pois o amarelo era de peor calidade. Levábase ó muíño para facer a fariña. Unha vez na casa botábase na artesa (especie de caixón con patas, semellante á salgadeira). Nela peneirábase coa peneira para quitarlle o “ relón “ (fariña mais grosa que logo se lle daba ós animais). A fariña que quedaba aínda se volvía a peneirar coa peneira máis fina para que quedase o óleo da mesma e logo facer as papas para os meniños. Hai algunha cantiga que di:

*E véndelle os bois
E véndelle as vacas
E non lle vendas
A pota das papas.*

Sobre a peneira tamén se fixeron moitas cantigas, algunha como:

*“ E rabea pola peneira
e rabea por peneirar
e rabea por ter amores
e rabea por se casar.*

.....
*Co aro da peneira
Miña nai doume unha tunda
Co aro dunha peneira....”*



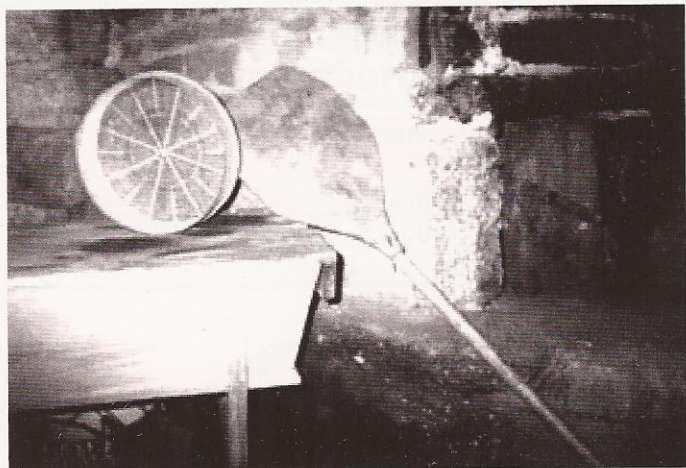
Unha vez peneirada a fariña había que amasar. Así, segundo a fariña estivese máis ou menos fina, a auga con sal tiña que estar morna ou moi quente. A este proceso chámasele “empilla “ e facíase cunha pa pequeniña. Ó arrefriar a masa botábaselle o fermento (que era unha pouca de masa que se deixaba dunha cocedura para outra e á que se lle botaba sal por riba para conservala 9; tamén se lle mesturaba, se a había, fariña centea ou triga da casa.

Feito isto, amasábase e deixábase a levedar unha ou dúas horas, despois de “facerlle unha cruz” enriba e darlle a bendición, que podía ser máis ou menos, entre outras: “*Que Dios te acrecente, ou co demo te rebente*”. “*Bendición de Dios Padre, bendición de Dios Hijo, bendición de Dios Espíritu Santo. Amén.*”

Xa levedado faise primeiro unha bola (pan aplanado), métese no forno para ver se está ben quente. Se é así, sácase unha vez cocida e fanse os bolos e “ enfornase “ o pan cunha pa grande. Ó cabo de dúas ou tres horas o pan xa está cocido e preparado para comer durante a semana, que era o tempo que ía de cocedura a cocedura.

O FORNO:

É de forma circular, de pedra e tixelos. De pedra son as “cocedeiras”, que tiñan que ser de boa calidade para que non rebentaran coa calor. Antes estaban na cociña, ó lado da lareira; agora fanse fóra da casa, no cuberto e chámanlle a “cociña de fóra”. Quentábase xeralmente con toxos grandes que non servían para estrar os animais. O brasido removíase coa “forquilla”, e, cando xa estaba ben quente (mirábase que as coceduras estivesen ó “rojo vivo”, case brancas), quitábanse as brasas co rodo e logo cunha vasoira varriábase e xa se podía enfornar. A porta do forno era de madeira e, para que non perdesse a calor, tapábanselle as rendixas con bosta. O pan deixábase no forno e alí se ía por el cando había fame. Algunha vez tamén andaba algún ratiño “peteirando” na codia.



Cando preguntamos ós nosos maiores sobre todo isto que aquí acabamos de contar fixémoslles lembrar uns tempos que non eran de moita fartura, aínda que eles din coma no refrán: “*Con pan e viño, ándase o camiño*”.

Hai que ter en conta que *hoxe en día* o pan de millo está considerado coma un **artículo de luxo**, que “case” só o toman os que antes eran os “señoritos” que daquela non tomaban máis que pan “BRANCO”, ou “PANTRIGO”.

Foi o alimento principal nos chamados “anos da fame” (durante e despois da Guerra Civil) e co millo nesa época tamén se fixo “estraperlo” (ir mercalo a uns lugares para logo vendelo moi caro onde non o había).

Din os nosos maiores que comer os ovos e as sardiñas asadas con pan de millo, o leite ou as empanadas eran para se chupar os dedos.

Hai cantigas que nos lembran o pan de millo:

*Maruxiña, no fornelo
Se é que coces faime un bolo,
Se mo fas, faimo de trigo
Que eu de millo non cho como*

*Heime casar en Sistalto
Que é terra de moito pan.
O forno de miña sogra,
Cría silvas polo vran.*

Para rematar queremosvos deixar unha receita con pan de millo:

BOLOS DO POTE:

Coa auga do cocido amásase a fariña milla con centeo; fáiselle un rustrido de panceta, cebola, chourizo e nébedas e déixase a debedecer.

Con esta masa fanse bolos redondiños e cócense na ola do caldo e logo...¡A COMER!