



LUNEDI' 27 FEBBRAIO 2023



I grani antichi sono varietà di frumento che, nel corso del tempo, non hanno subito modificazioni genetiche e selezioni da parte dell'uomo, rimanendo alla loro natura originaria. Si tratta di grani pregiati, per i loro valori nutrizionali (tra cui la formazione di un glutine meno tenace e quindi più digeribile) e i loro aromi inconfondibili.

A Mantova, **Michele Sganzerla** ha abbracciato il filone del pane agricolo fatto con i grani antichi, e ha rilevato un piccolo forno, la **Panetteria Rio**, che nel giro di pochi anni è diventato un modello di coraggio, passione e qualità. Per il secondo anno consecutivo alla Panetteria Rio è stata assegnato il maggior riconoscimento in Italia per



la panificazione, i tre pani d'oro, e il punto di forza di questa panetteria sono proprio l'uso di grani antichi. Quindi chi meglio di lui può spiegare come lavorare con i grani antichi?

In questo corso con Michele imparerai:

- cosa significa una buona pratica agricola e differenze di approcci alla terra;
- seme: perché scegliere una varietà vecchia?
- quali sono le farine di varietà vecchie, proprietà nutrizionali, organolettiche, vantaggi e svantaggi in panificazione;
- riconoscere una farina ben macinata e dove trovarla;
- impasto a mano con il metodo del pre-fermento 2/7 e lievito madre;
- gestione di tempi e temperature di fermentazione, incisione metodi e varianti della cottura del pane;
- variante focaccia.

Il corso è teorico-pratico e ogni partecipante preparerà il suo pane da portare a casa dove terminerà con la cottura.

Il corso è aperto a chi già conosce l'uso e la gestione del lievito madre.

**LUOGO E ORARIO:** la sede di Zenkitchen si trova a Mantova in Via Corridoni, 51, presso un palazzo storico nel cuore della città. Il corso inizierà alle **ore 18:30** in punto e terminerà alle **ore 21:30**. Zenkitchen è una "home-kitchen": una cucina accogliente, un luogo per imparare, condividere e cucinare proprio come a casa!

**DOCENTE:**

**Michele Sganzerla**, panettiere di Panetteria Rio dal 1929 (Mantova, Via Corrado).

**COSTO DEL CORSO** (massimo 8 persone):

**€ 35,00**

(anziché euro 50,00)

**LA QUOTA COMPRENDE:**

- 3 ore di lezione tenute dal Michele Sganzerla;
- Farine BIO per la preparazione degli impasti;
- Dispense;
- Tisana calda.

***Vi consigliamo di iscrivervi con sollecitudine visti l'esiguo numero di posti a disposizione e l'elevata richiesta.***

**TERMINE ISCRIZIONI:**

**24 febbraio 2023**

**REFERENTE CAD BAM:**

**Chiara Steccanella**

**NOTA BENE:** ricordiamo che per poter partecipare alle manifestazioni del Cad Bam è necessario essere iscritti alla nostra associazione come Soci ordinari e/o Soci aggregati e/o Soci annuali. I Soci "Annuali" dovranno versare la quota di partecipazione tramite bonifico bancario sul conto corrente del "Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana" IBAN IT1810103011503000010000226, causale "**Corso di panificazione coi grani antichi**" solo nel caso non fossero correntisti di Banca Monte Paschi Siena.

**INOLTRE:** il Cad Bam non accetta prenotazioni telefoniche. È necessario iscriversi alla manifestazione esclusivamente tramite il modulo in calce alla circolare oppure tramite il nostro sito internet [www.cadbam.it](http://www.cadbam.it) dove, dopo aver aperto la pagina della circolare interessata, troverete il modulo di iscrizione online. Per coloro che si recheranno direttamente alla sede del Circolo per il pagamento brevi manu, sarà necessario compilare in loco il modulo di iscrizione e lasciarlo alla nostra Segreteria (aperta dalle ore 9:30 alle ore 13:30 sabato e domenica esclusi). Qualora le richieste di partecipazione eccedano il numero di posti disponibili, come di consueto, i partecipanti verranno ammessi seguendo tassativamente l'ordine di iscrizione.

Per eventuali maggiori informazioni contattare la Segreteria del Cad Bam al numero telefonico 0376 262366, visitare il nostro sito <https://www.cadbam.it> oppure inviare un'e-mail a [segreteria@cadbam.it](mailto:segreteria@cadbam.it) o [chiara.steccanella@cadbam.it](mailto:chiara.steccanella@cadbam.it)



**MODULO DI ADESIONE (\*) AL  
CORSO DI PANIFICAZIONE COI GRANI ANTICHI DEL 4 MARZO 2023**



**Il presente modulo dovrà essere compilato in ogni sua parte, firmato, scansionato ed inviato tramite E-mail a [segreteria@cadbam.it](mailto:segreteria@cadbam.it).**

**Per coloro che fossero impossibilitati a trasmettere copia del modulo compilato e firmato via e-mail, potranno inviare un'immagine via WhatsApp al numero: 353 4358711.**

COGNOME e NOME	E-MAIL - CELLULARE - TELEFONO FISSO	QUOTA €uro
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Totale quote di partecipazione dovute: \_\_\_\_\_

**(\*) IMPORTANTE:** l'adesione sarà ritenuta valida solo se completa di tutte le informazioni richieste.

**DICHIARO DI SOLLEVARE IL CAD BAM DA QUALSIASI RESPONSABILITA' PER DANNI CAUSATI E/O SUBITI DAI SOPRAELENCATI NOMINATIVI PER TUTTA LA DURATA DELLA MANIFESTAZIONE.**

**CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI, AI SENSI DELL'ARTICOLO 13 DEL D.LGS. 30 GIUGNO 2003, N. 196 E DELL'ART. 13 DEL REGOLAMENTO UE N. 2016/679:** consapevole che in mancanza di consenso il CAD BAM non potrà dar corso ad iniziative o servizi che richiedano il trattamento dei dati personali già in suo possesso, acconsento al trattamento degli stessi per le specifiche finalità perseguite dalla presente iniziativa, compreso la loro eventuale comunicazione a terzi soggetti incaricati dell'organizzazione tecnica.

**Il sottoscritto dichiara di essere consapevole che il CAD BAM è un mero intermediario di viaggi, ai sensi e per gli effetti di cui all'articolo 1 della Convenzione di Bruxelles del 23/04/1970, ratificata con legge n. 1084/1977, e che pertanto, ai sensi del comma 3 dell'articolo 22 della medesima convenzione, non risponde dell'inadempimento totale o parziale del viaggio o del soggiorno sopra indicato, per la cui conclusione il sottoscritto dichiara di conferire espresso mandato con rappresentanza.**

Mantova, \_\_\_\_\_ Firma Socio Cad Bam \_\_\_\_\_

Con il presente ordine irrevocabile, il sottoscritto \_\_\_\_\_ autorizza la Banca Monte dei Paschi di Siena a bonificare, anche in più soluzioni ed a richiesta degli organizzatori, l'importo complessivo di €uro \_\_\_\_\_ a favore del Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana addebitando il c/c n. \_\_\_\_\_ funzionante presso la dipendenza di \_\_\_\_\_ ed identificato dal seguente IBAN \_\_\_\_\_, quale totale quote di partecipazione alla manifestazione in oggetto.

Mantova, \_\_\_\_\_ Firma intestatario c/c \_\_\_\_\_