

CAPÍTULO 13

La artesanía del pan

La elaboración del pan, con ser tan antigua como la civilización, no representa la única manera de la que el hombre se ha servido del trigo para alimentarse. Cuenta Plinio en su *Historia Natural* que los antiguos romanos empezaron por comer el trigo a modo de arroz, eso es, cociendo sus granos sin fermentar. Más tarde lo trituraron e hirvieron para hacer papillas de harina¹, hasta que con motivo de la expedición de Macedonia contra Persia los romanos adoptaron el sistema de panificación egipcio que los griegos habían importado.

Se deduce de ello la gran antigüedad de la artesanía del pan en Egipto, y tenemos pruebas que lo confirman, como el pan encontrado en Deir-el-Behari al que los egiptólogos atribuyen una antigüedad de cerca de 4.000 años, o los numerosos ejemplares de panes conservados en las tumbas faraónicas. Otras muestras arqueológicas posteriores las encontramos en los panes rescatados de las ruinas de Pompeya y Herculano, que gracias a su perfecto estado de conservación resultan testimonios pétreos de gran interés etnológico².

1. Los romanos fueron conocidos por otros pueblos como «comedores de papilla» gracias a esta extendida costumbre.

2. Se trata de panes redondos, de aspecto muy parecido a los tradicionales consumidos durante siglos en nuestro país, que se exhiben actualmente en el Museo de Nápoles.

En este capítulo vamos a intentar reconstruir por medio de las paremias hispanas relacionadas con el tema una labor de antigüedad demostrada y que, una vez más, la lengua, por medio de refranes, corrobora. Uno especialmente nos informa de las operaciones necesarias para la obtención del pan:

– Bien *masado*, bien *cernido* y mal *cocido*, pan perdido.

1. Cerner

Una vez la harina se ha transportado del molino a casa, generalmente por medio de sacos o *costales*, ésta se deposita en las *trojes* o en los depósitos de que la casa disponga en espera de ser usada a lo largo de todo el año hasta la próxima *cosecha*.

La harina que se empleará para la fabricación del pan puede sufrir un nuevo proceso de purificación: *cernido* para separar de ella el *salvado* o piel del grano. Si no se desea separar éste, el pan obtenido será de color oscuro: *pan negro*, *integral*, *moreno*, *bazo*, etc., y su elección dependerá de los gustos y costumbres de cada región.

Para obtener un pan blanco debe eliminarse el *salvado*, y ésto se logra mediante la operación de *cerner*, es decir, pasar la harina por un colador de tela fina o metal que, situado generalmente sobre la *masera* o *artesa*, deja pasar solamente el polvo fino de la harina, reteniendo el *salvado*. De esta operación guarda la lengua castellana los siguientes refranes:

- El pan sobrecogido dos veces es *cernido*.
- Bien amasado, bien *cernido* y mal cocido, pan perdido.
- Como pan que no se vende y harina que no se *cierne*.
- *Cercer* y *cerner* y sacar poca harina.
- *Cerner* noche y día y no echar harina.

2. Cedazo

Recibe este nombre el utensilio que se empleaba para separar la harina del *afrecho* o *salvado* y de otras impurezas que pudiera conte-

ner. Cuanto más cuidadosa y pulcra resultara esta operación mayor sería la blancura y pureza del pan. Veamos lo que recomienda el *Libro de los Secretos de Agricultura...*:

«A la Madre de Familias de la Casa de Campo le pertenece tener la harina cerrada, y quando querrá hacer pan della la pasará por un cedazo de seda, para sacar la flor de la harina para hacer el pan blanco, y después bolverá a passar lo demás para sacar la harina o los afrechos del salvado, con un cedazo de cerdas, la cual es buena para hacer el pan para la familia de la casa, mezclada con otra tanta harina de trigo.»³

Los refranes relativos a este instrumento son sorprendentemente numerosos, sobre todo en relación con otros elementos parecidos y de mayor obligatoriedad de uso, como el *cribo* o el *trillo*, pero de mucha menor incidencia paremiológica:

- B) – En año caro, harnero espeso y *cedazo* claro.
 - Quien siembra en eriazo no necesita *cedazo*.
 - Para pan bazo no es menester *cedazo*.
- C) – Alzada de abril y binada de mayo, *cedacico* para otro año.
 - En marzo pan y *cedazo* y en mayo sin contallo.
- D) – *Cedacico* nuevo, ¿onde lo meteré?
 - *Cedacico* nuevo, tres días en estaca
 - Todo ello es mirar por *cedaco*.
 - Marido llevad la artesa y yo el *cedaço* que pesa como diablo.
 - Ciego es quien no ve por la tierra el *cedazo*.
 - Todo es ello mirar por *cedaço*.
 - Por buen año o malo pase la harina al *cedazo*.
 - La limpia al harnero y la sucia al *cedazo*.
 - Ver por tela de *cedazo*.

3. Fray Miquel Agustí, op. cit. Libro II cap. 12 pág. 187.

3. Salvado, afrecho, moyuelo

Es el residuo de *cerner* la harina y se usa generalmente como alimento para las aves de corral mezclado con otras harinas y féculas.

El refranero nos habla de *salvado* y de su sinónimo *afrecho*, de uso más limitado, así como de *moyuelo*, que es el último residuo del salvado más fino:

- Ni harina sin *salvado* ni hombre sin pescado.
- A buen año y malo no dejes harina en *salvado*.
- Pan sin *salvado*, almidón lo llamo.
- Pan sin *salvado* ni rollón llámale almidón.
- Albricias, vecinas, que doy *salvado* a mis gallinas.
- No hay harina sin *afrecho*.
- Trigo fanfarrón, de harina un montón y de *afrecho* un esportón.
- Pan sin *afrecho*, pan sin provecho.
- Duelo, pan de *moyuelo*.

4. Costal

Comúnmente se transportaba la harina en grandes sacos de tela rústica así denominados, aunque también podían servir para guardar la harina de uso doméstico cuando ésta no se encontraba en las *trojes* o depósitos de los *graneros*.

Son bastantes los refranes del *costal* en relación con lo humilde de su condición y su escasa trascendencia, pero éste como otros es uno de los misterios de un mundo tan apasionante como el de nuestros refranes populares:

- B) - Quien en invierno no ara pegujales en invierno no mete *costales*?
 - Sembrar a boca de *costal* es sembrar mal.
- D) - Diga mi vecino y tenga mi *costal* harina.
 - Molinero y sangrador algo parecidos son: éste sangra a los mortales y aquél sangra a los *costales*.

- E) – No parecer *costal* de paja.
- Estar hecho un *costal* de huesos.
- Ser el *costal* de los pecados.
- Vaciar uno el *costal*.
- Ser harina de otro *costal*.

5. Amasar, heñir, pastar⁴

En este apartado y en los que venimos desarrollando dentro del capítulo *La artesanía del pan* hemos introducido algunas variantes significativas que valdrá la pena comentar. Primeramente hemos abandonado el campo, el trabajo exterior, el que ha venido realizando el campesino desde las *aradas* en el *barbecho* hasta la *trilla*, y hemos empezado un proceso de tipo *doméstico*, distinto del meramente *agrícola* que hasta entonces habíamos seguido. La otra novedad que cabe destacar es la incorporación de la mujer como protagonista de estos trabajos. Si el *sembrador*, el *segador*, el *trillador*, el *gavillador*, o incluso el *molinero*, son generalmente hombres, en cuanto nos adentramos en las faenas que se realizan a cobijo de la casa nos encontramos frente a *amasadoras*, *cernedoras*, *panaderas* y *horneras*, pues era a la mujer a quien estaban destinadas estas labores, al menos en lo que respecta a la vida tradicional de nuestro país. También es importante señalar que la información personal que de estas labores hemos recibido ha sido generalmente por boca de mujeres o, en caso de ser hombres, éstos nos han hablado de lo que recordaban haber visto hacer a su madre, abuela o hermanas.

La labor del amasado manual del pan la realizaban ya las mujeres en las épocas remotas de nuestra cultura occidental, aunque en

4. Leemos en un texto dialectal del libro del prof. Alvar cap. CCXLIII transcrito por G. Salvador en Guadalcanar, provincia de Sevilla:

«Un *amasijo*: «Enpesamo que ya'htá l'arina molía; pué se siehne; s'echa la cantidá d'arina que sea en l'artesa, la que se baya'masá. Se l'echa la liúda y la sá y el agua; se rebuerbe y s'echa amasá con loh puño. Dehppué d'amasá se bá cortando a pesado p'aser er pan y se ba tendiendo en er tablero y se tapa con un tendío, si er tiempo eh'tá frio. S'ehppera que se benga, mientra e hoño bá'rdiendo. (...)»

algunos relieves egipcios se pueda ver hombres amasando sobre una tabla con las manos o con los pies. De las mujeres amasadoras nos habla el Libro Sagrado en numerosas ocasiones: Abraham ordena a Sara: «Ve pronto, amasa tres satos de harina de flor y cuece unos panes en el rescoldo»⁵ y Jesucristo dice en su parábola: «El reino de los cielos es semejante a la levadura que cogió una mujer y mezclóla con tres satos de harina hasta que toda la masa quedó fermentada»⁶.

La fabricación del pan doméstico en tierras hispanas estaba así mismo destinado a las mujeres, como lo demuestran los refranes recopilados que nos aleccionan al mismo tiempo sobre la superioridad del pan amasado y cocido en casa frente al elaborado por los panaderos:

- B) – Pan que en casa se *masa* hace prosperar la casa.
 - La que quisiere hacer mejor pan que su vecina *amáselo* con agua y no con harina.
 - Pan panzote, puerca *masote*, masado con las manos, revuelto con los pies, vaya como quiera que para puercos es.
 - Bien *masado*, bien cernido y mal cocido, pan perdido.
 - *Masa* con covejón y en el horno dale buena sazón.

- D) – Quien quiera más blanca la hogaza que la *amase* en su casa.
 - Al que *amasa* y cuece todo le acontece.
 - Quien *cuece* y amasa de todo le pasa.
 - Cuando el marido tiene madera que labrar y la mujer harina de *amasar*, nunca falta leña ni pan.
 - A quien cuece y *amasa* no le hurtes hogaza.
 - Acríbenme dueñas y *amásenme* puercas que yo me haré bueno.
 - Recentar para *amasar*.

En otras dos paremias encontramos con idéntico significado los términos *pastar* y *heñir*:

- Ara corto y *pasta* a menudo.
- *Heñir* que *heñirás*, que *heñido* lo tendrás.

5. Génesis XVIII.

6. Mateo. XIII, 33.

De la forma común amasar en nuestra sociedad tradicional nos habla el *Libro de los secretos*...

«Después la Madre de Familias de la Casa de Campo se debe disponer en amassar, y hacer su pan, según la naturaleza, y condición de la harina, el que quiere emplear para hacer su pan (...) así en verano como en el invierno, se lavará sus manos y brazos, y amassará la pasta ó massa curiosamente, bolviéndola de una parte, y otra, y de todos los lados, a fin que todas las conglutinósidades, y viscosidades de la harina, puedan ser rompidas, y desatadas, a fin y efecto, que el pan sea más frágil y más facil de comer...»⁷.

6. Masa

El resultado de *amasar* la harina con el agua es la *masa*, que, después de añadirle los ingredientes propios de cada cultura: *levadura*, sal, etc., puede pasar al *horno* para que se realice la *cochura* o *cocción*.

La *masa*, *recentada* o no con *levadura*, es la base del futuro pan, y del mejor o peor hacer de las *amasadoras* depende la calidad de éste. Normalmente era la dueña de la casa la encargada de *amasar* aun cuando las casas de mayor categoría podían contratar a una mujer especializada en ello. El refranero insiste en calidad de la masa y en la gracia y tino que debe poseer la *amasadora* para llevarla a buen fin:

- B) – A la buena *amasadora* crécele la *masa* en la *artesa*.
- Es don y gracia hacer la *amasadora* que cunda la *masa*.
- La *masa* de la pulida con agua y no con harina.
- Con harina y con agua es como cunde la *masa*.
- A mi nuera echando agua y harina le crece la *masa* entre las manos.
- Basta, que por sobrar la *masa* el pan se *afina* y no se *enfría*.
- Al principio de la *masa*, bueno o malo el pan se *saca*.
- Un poco de *levadura* aceda toda la *masa*.
- Desvuelve (sic) gran *masa* poca *levadura*

7. Fray Miquel Agustí, Libro II cap. 12, pág. 189

- Poca levadura, toda la *masa* leuda.
- Poca levadura mala, corrompe toda la *masa*.
- De mala *masa* un bollo basta.
- Quien trae las manos en la *masa* nunca le falta pan.
- Quien trae las manos en la *masa* algo de ella se le agarra.
- Con levadura mala no harás buena *masa*.

E) – Encontrar a alguien con las manos en la *masa*.

7. Artesa, masera

Recibe este nombre el cajón de madera, en forma generalmente de tronco de pirámide rectangular invertido, que recibe la harina, el agua y los restantes elementos para la obtención del pan y sirve de recipiente para el *amasado* de éstos.

La *artesa* era hasta principios de nuestro siglo un elemento primordial dentro del orden doméstico, de tal manera que la mayoría de ellas, provistas de una tapadera de madera, servían de mesa e incluso de despensa para el pan en las temporadas en que no se amasaba o simplemente en los momentos en que estaba libre de servicio. En el primer tercio de este siglo se introdujo en nuestro país el amasado mecánico por medio de unas máquinas llamadas *amasaderas mecánicas*, que, a pesar de los recelos iniciales, fueron sustituyendo paulatinamente el amasado a mano en *artesa* tanto industrial como doméstico.

Los refranes que recuerdan este utensilio lo hacen bajo el término de *artesa* o *masera*, aun cuando el mismo puede recibir distintos nombres en relación con el área dialectal castellana a que pertenece el hablante.

- Cuando el trigo está en la era anda el pan en la *artesa*.
- Llevad vos marido la *artesa* que yo llevaré el cedazo que pesa como el diablo.
- Cuando hay trigo en la era hay pan en la *masera*.
- A la buena amasadera crécele la masa en la *artesa*



Pastera Vilabella (Alt Camp)
Fot. aut.

8. Amasadora

Ya hemos hablado de la mujer como protagonista de esta segunda parte, de cariz doméstico, de las faenas y labores que nos conducen desde el *grano* de *trigo* al alimento de cada día, desde el *alza* del *rastrojo* hasta el *pan* recién sacado del *borno*. La primera mujer que encontramos como protagonista de estos trabajos en el refranero es la *amasadora*; aunque la cite solamente en dos ocasiones:

- A la buena *amasadora* crécele la masa en la artesa.
- Es don y gracia hacer la *amasadora* que cunda la masa.

9. Recentar

Solamente una paremia relacionada con esta acción tan común en las tareas del pan. *Recentar* nombra la acción de añadir *masa* so-

brante de la cochura anterior ya fermentada para lograr que la nueva masa fermente a su vez y el pan resulte esponjoso y suave.

– *Recentar* para amasar.

Otro refrán, también del maestro Correas, emplea otro término para indicar la misma acción.

– *Solivia* el pan, panadera, *solivia* el pan que se quema⁸.

10. Levadura

No todas las culturas, ni siquiera todos los pueblos hispanos, han *recentado* el pan doméstico, sino que el hecho de añadir o no *levadura* a la *masa* ha estado condicionado siempre a los usos y costumbres de cada zona, así como a las distintas épocas de su historia.

El pan ácimo (sin levadura) era empleado por los pueblos clásicos en sus ofrendas y fiestas religiosas; todos reconocemos este pan redondo, delgado y de aspecto frágil como prototipo del pan del pueblo judío, aunque alternaba en ésta y en otras civilizaciones contemporáneas con el pan doméstico fermentado. Los griegos y romanos, así como sus provincias, preferían el pan fermentado al ácimo y empleaban para ello, según cuenta Plinio, la levadura producto de la mezcla del mosto de la vendimia con salvado o mijo. En la Galia y en Iberia se prefería emplear para la fermentación la levadura de cerveza.

Los refranes castellanos que nos hablan de este elemento son los siguientes:

- Con *levadura* mala no harás buena masa.
- Poco *levadura* mala corrompe toda la masa.
- Un poco de *levadura* aceda toda la masa.
- Desvuelve gran masa poca *levadura*.
- Poca *levadura* toda la masa leuda.
- En invierno la ropa de Zamora, *levadura* y agua roja.

8. El DRAE da como significado el de «levantar», que también explica el refrán, pero nosotros le damos el de «fermentar», con la consiguiente «subida» o hinchazón de pan, porque así lo expone Martínez Kleiser en su glosa a este refrán del maestro Correas.

CATALÁN

1a. Cendre⁹

De los trabajos de *endre* la harina sobre la *pastera*, así como de cada uno de los pormenores de la elaboración doméstica del pan, nos habla con sumo lujo de detalles el eminente folklorista catalán Violant i Simorra en un tratado sobre el tema referido a la comarca del Pallars¹⁰.

La faena de *endre* o *passar* la harina consistía en hacerla pasar por el *sedàs* de fina seda que se deslizaba por encima de la artesa: *pastera*, gracias a unos carriles de madera: *passadora*, que estaban colocados sobre su superficie. El trabajo era realizado generalmente por mujeres o niños y su acompasado sonido se refleja en esta estrofa que solían repetir:

«Tia Maria
passeu farina
tricolo-traco
traieu-me del saco»

Solamente tres paremias hemos recogido sobre esta labor en el ámbito de la lengua catalana:

- *Cendre* sempre amb el mateix sedàs.
- No *endre* de son sedàs.
- Esser *cernut* amb sa barrera.

2a. Sedàs

Estos instrumentos son de las mismas características que los *ce-dazos* antes descritos. Además de la tela de seda que los cubre, están atravesados en su parte posterior por unas cintas que sostienen a ésta e impiden que se rompa por el peso de la harina.

9. No hemos encontrado datación en el DCVB.

10. Violant i Simorra, op. cit., pag. 133.

Los refranes catalanes que nos hablan de este instrumento tan común en otras épocas y hoy prácticamente desaparecido son:

- B) – *Sedàs* clar i garbell espés fa ric pagés.
– Any de carestía garbell espés i *sedàs* de clarina.
– Any de traspàs ni bóta ni *sedàs*.
– Any de poc pa, garba espesa i *sedàs* clâ.
- E) – Estar com una tela de *sedàs*.
– Fer anar lo *sedàs*.
– Tenir una cara com un *sedàs*.

3a. Segó

Solamente tres paremias referidas al salvado: *segó*, que recibe en Cataluña el mismo tratamiento y posee parecida utilidad que en el resto de la península:

- Pa sense *segó* dis-li almidó.
- Anar a fer *segó* als gats.
- Esser arplegador de *segó* i escampador de farina.

5a. Pastar

Ya hemos hablado de esta faena como una labor típicamente doméstica. Aun cuando la casa no poseyera *horno* o en el caso de que su dueña prefiriera dar a conocer el pan al *horno público*, la masa (*paste-rada*) era siempre elaborada en la propia casa por la dueña o por la persona encargada de hacerlo¹¹.

Generalmente, en tierras catalanas, el día dedicado a *pastar* era el sábado, tanto por razones de índole práctica: el horno estaba más caliente este día, como mítica: el sábado era el día sagrado, «día de Maria Santíssima». Lo cierto es que una canción popular en todas

11. Según Violant i Simorra op. cit. pág. 113, en algunos hornos públicos de Cataluña unas mujeres llamadas *reparadores* ayudaba a rehacer o arreglar la masa mal pastada a las mujeres que llevaban allí el pan para cocer.

las comarcas catalanas, con más o menos variantes, adjudica a este día la faena tradicional de pastar la masa:

- El dilluns pels seus difunts, la Maria no fila
- El dimarts pels seus passats, la Maria no fila
- El dimecres...
- El dijous...
- El divendres...
- El dissabte porque cuina i *pasta*, la Maria no fila
- El diumenge...

Desde los tiempos inmemoriales la ocupación primordial de la mujer era, junto con hilar y atender la lumbre, la de amasar el pan de la familia, y eran éstos los requisitos básicos para que una doncella pudiera aspirar al matrimonio y a hacerse cargo de un hogar. Varios son los refranes catalanes que nos hablan de esta labor:

- Quam la bruta *pasta* no cou lo forn.
- Qui *paste* minja pa, que per l'altre no n'hi ha.
- Quan lo pobre *paste* no cou lo forn.
- En aquest mon els uns *pasten* i els altres van al forn.
- Posats a *pastar*, farem tot coques.
- Qui *pasta* i feny tot li acontenty.
- A un altre forn *pasten*.

6a. Pasterada, pasta

La masa resultante de *pastar* la harina y el agua en la *pastera* recibe ambos nombres en las zonas catalanas y de ambos hemos encontrado refranes confirmándolo. Sabemos del empleo del término *pasta* en las zonas del Pallars, y su aparición en Eximenis i Corella, así como en los refranes de Bayerri, evidencia su uso en tierras levantinas. *Pasterada* por su parte es de uso común en la zona del catalán central y consta además en una cancioncilla mallorquina transcrita por el DCVB:

- «Ximbombeta, que ets de bona!
Jo sempre t'alabaré,
perqué em duguis si convé
sa *pasterada* i sa dona.»

- Val més una *pasterada* esguerrada que una filla mal casada.
- Fer una *pasterada*.
- Los bons flequers esgarren *pasterades*.
- Qui té *pasta* pot fer coques.
- No basta pa ni *pasta*.
- No saber-se treure la *pasta* dels dits.
- Anar-se'n com el pèl de la *pasta*.
- Fer-se la *pasta* agra.
- Infant i *pasta* en l'estiu se gasta.
- Trobar a algú amb les mans a la *pasta*.
- L'infant i la *pasta* al juliol se glaça.
- La *pasta* i el xiquet a l'estiu tenen fred.

7a. Pastera

Este utensilio de madera no podía faltar en ninguna cocina tradicional catalana, junto con el *passador*, el *sedàs*, la *pastereta* y las *lleuteres* o cuencos para guardar la levadura. La *pastera* doméstica catalana venía a medir unos 145 cm de largo por 62 de ancho¹², y las que poseían tapa quedaron convertidas al entrar en desuso por la implantación general de establecimientos expendedores de pan: *fleques*, en mesas de cocina o cajones de almacenaje de víveres.

Los refranes catalanes de la *pastera* la asimilan a la abundancia, a la presencia de víveres y alimentos en el hogar:

- D) – Qui té bona *pastera* l'hivern no l'espatterra.
- Si la *pastera* està plena, no tinguis pena.
- Si bona *pastera* has trobat no te'n moquis que l'hivern no sigui passat.
- Qui té pa a la *pastera* no té espera.
- Un raig per S. Pere i després fins a la *pastera*.

12. Violant i Simorra, op. cit. pág. 117.

- Qui no té pa a la *pastera*, no té espera.
 - Lo blat a l'era i la fam a la *pastera*.
 - La bona *pastera* fa la bona casa.
 - La dona i la coqueta, tot surt de la *pastereta*.
 - Val més un forn que totes les *pasteres* del món.
 - En qui's casa? En lo pa de la *pastera*.
- E) – Haver-hi la *pastera*.
- Esser la *pastera* de la fam.
 - *Trobar* bona *pastera*.

8a. Pastadora

También en esta ocasión coinciden el refranero catalán y el castellano al conceder un protagonismo a la mujer que realiza esta labor tan importante dentro del orden y de la administración del hogar. Como su paralela castellana, la *pastadora* catalana ha de ser pulida, laboriosa y sabia en dominar su ancestral oficio, aunque el sentido práctico del refranero catalán anteponga el mérito del horno al de las manos de la *pastadora*:

- Tota bona *pastadora* per fer la pasta hi passa estona.
- Lo sedàs i el forn, la millor *pastadora* del món.
- Val més forn que totes les *pastadores* del món.

10a. Llevat

Hemos dejado para el último apartado de este capítulo la levadura: *llevat* o *lleute*, por considerar que su adición, aunque extendida y adoptada en toda la península mayoritariamente, no es característica imprescindible para la obtención del pan; es más, no hemos podido obtener datos definitivos de su uso y extensión en Cayaluña, ni en nuestras entrevistas personales ni por medio de la amplia biblio-

grafía consultada, aunque parece ser que su empleo fue casi absoluto en la mayoría de las zonas hispanas¹³.

A pesar de ello son escasos los ejemplos paremiológicos de este término en catalán:

- El *llevat* fa sortir la dona del forat.
- Posar com un *llevat* tou.
- Ésser *llevat* agre.

11a. Raissa

Recibía también en otras zonas del dominio catalán el nombre de *pastuca*, y eran los restos de masa que se desprendían de las paredes de la *pastera* al rascarlas con las *raieres* o *rasores*.

Este humilde residuo de tan escasa pervivencia en el catalán hablado actual también tiene su representación, aunque exigua, en el refranero:

- Sempre queden *raisses* quan se pasta.



Pastereta o *Lleutera* Vilabella (Alt Camp) Fot. aut

13. Al menos el Prior del Temple no parece dudar de su extensión y empleo: «Después que la harina está sacada del salvado, se ha de hacer la levadura para hacer el pan (...) La levadura adquiere un agror, y gracia y mejor sabor el pan, y assí vemos que, que los panes quantas mas veces son puestos en levadura, tanto mas son placenteros, y agradables, y más sanos, que no aquellos, que menos veces son puestos en levadura.» p. 188.