



Settimana
della
Biodiversità
Pugliese
Agricoltura
Alimentazione
e Ambiente

18-22
MAGGIO
2026

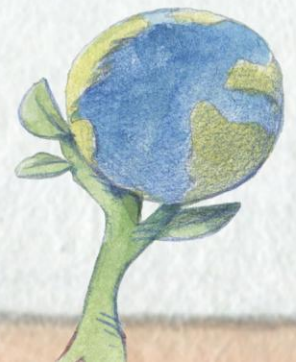
IX edizione, 18-22 maggio 2026
Festival dell'agrobiodiversità di Puglia

“PANE A CIUCCIO”

Un pane da riscoprire



Tradotto letteralmente come “pane d’asino”, il **pane a ciuccio** prende il nome dalla sua forma caratteristica e, secondo le tradizioni popolari, dal fatto che fosse un pane semplice, resistente e pratico: il compagno ideale dei lunghi viaggi che i contadini affrontavano a dorso d’asino.





Settimana
della
Biodiversità
Pugliese
Agricoltura
Alimentazione
e Ambiente

18-22
MAGGIO
2026

IX edizione, 18-22 maggio 2026
Festival dell'agrobiodiversità di Puglia

La sua **forma è inconfondibile**: due filoncini uniti in un unico pane, separati da un solco profondo al centro che ricorda una sorta di sella, mentre le estremità intrecciate richiamano vagamente le orecchie di un asino.

Presenta una **crosta spessa e croccante**, perfetta per proteggere l'interno e garantirne una **lunga conservazione**, e una mollica compatta, ideale per fare la classica scarpetta oppure per essere condita semplicemente con olio e origano.

Tipico delle zone rurali del Sud Italia, era un pane povero ma nutriente, pensato per durare diversi giorni. Il suo nome riflette perfettamente il suo carattere: robusto, rustico e genuino.

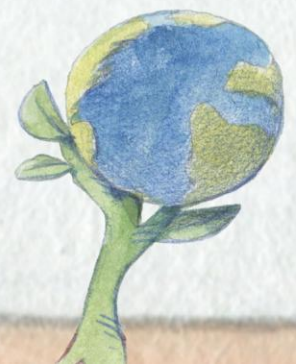
Come racconta Antonio, panettiere del Panificio San Luigi di Bisceglie, questo pane era spesso protagonista delle colazioni dei contadini diretti nei campi con l'asino. Per ammorbidirlo, veniva bagnato nell'acqua oppure nel vino, trasformandosi in un pasto veloce ma sostanzioso.

Giuseppe Frizzale conserva un ricordo speciale legato a questo pane: «Quando ero bambino, il sabato pomeriggio mia nonna mi mandava a comprare il pane a ciuccio perché il giorno dopo si andava in campagna per la raccolta delle olive. Puntualmente, appena arrivati, si accendeva il fuoco e dopo qualche ora si faceva lo spuntino: pane a ciuccio rigorosamente spezzato con le mani e condito con sale, olio, origano e pomodori appesi, accompagnato dalle olive nolche cotte nella cenere calda del fuoco acceso.».

Durante l'estate, invece, il pane a ciuccio veniva portato al mare per preparare la tradizionale **cialdèdde** (cialdella), un piatto povero ma ricco di gusto, preparato rigorosamente con pane raffermo, pomodorini, cipolla rossa, olio, sale, pepe e origano secco.

Oggi questo pane viene preparato sempre più raramente, spesso sostituito dalla classica pagnotta o dai panini moderni.

Il nostro obiettivo come APS Cooking Solution è preservare questa antica tradizione, evitando che il pane a ciuccio scompaia dai banchi dei panifici e mantenendone viva la storia.





Settimana
della
Biodiversità
Pugliese
Agricoltura
Alimentazione
e Ambiente

18-22
MAGGIO
2026

IX edizione, 18-22 maggio 2026
Festival dell'agrobiodiversità di Puglia

Per questo chiediamo a chiunque possa aiutarci di contribuire alla ricerca di fonti storiche documentate, testimonianze e materiali utili per poter inserire il pane a ciuccio nell'elenco dei PAT (Prodotti Agroalimentari Tradizionali) e, di conseguenza, tra i "Pani di Puglia" di scriverci info@cookingsolution.it cell. 3534685992.

Riscoprire il pane a ciuccio significa riscoprire il gusto autentico di una tradizione che custodisce la memoria, i simboli e l'identità della nostra terra.



REGIONE PUGLIA
ASSESSORATO AGRICOLTURA



**UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI BARI
ALDO MORO**
DIPARTIMENTO DI SCIENZE
DEL SUOLO DELLA PIANTA E
DEGLI ALIMENTI

