

O pan¹

I. **¿Fan ou facían o pan?** ____, ¿de cando está a falar? _____ con que periodicidade? _____

Ingredientes: fariña e auga; sal, lévedo (...)

Tipo de cereal: trigo, centeo, cebada, millo _____

Onde era (é) cultivado ese cereal utilizado? _____

Moe o cereal, merca a fariña?

Tipo de lévedo (se a usa) : fresca, seca, _____

Bótalle outros ingredientes? ____, ás veces ou sempre, _____

Outros ingredientes: sucre, especias, grasas (manteiga, _____), sementes (____), froitas (____), ovo, friame (____), leite

Proceso: Mestura (auga e fariña), repouso (levedado), forneado, enfriado.

No forno: leña, electricidade, gas

(Fornos antigos: arcilla, pedra, ladrillo)

Ou: tixola, grella, cinzas, directamente sobre o lume.

Almacenamento

Onde se conserva? _____,

¿canto tempo? _____

II. ¿Compran o pan?

Na panadaría, supermercado, grandes superficies comerciais, _____

Cando o mercan, ¿Qué teñen en conta?: se é feito nun forno de leña, materiais con que está feito, o prezo, _____

III. O pan na dieta alimenticia

Que tipo de pan acostuman consumir? (de que cereais, forma,...) _____

Consomen pan diariamente?: no almorzo, a media mañá, xantar, merenda, cea _____

Aproximadamente, cantos quilos de pan (por persoa) consume no ano? Menos de 50, 50-75, 75-100, 100-150, _____.

Mudou moito a cantidade de pan que consomen? _____, ¿consomen agora máis ou menos? _____

Aproximadamente, na cesta da compra que porcentaxe representa o pan: menos dun 5%, 5-10%, _____

Como emprega o pan:

A/Como acompañamento

B/En sandwich, bocadillo, pan con tomate, tostado con manteiga, _____

C/ Aproveita o pan duro?: ____: en sopas de allo, torradas, farangullas, morcillas, _____

IV. O pan na antropoloxía galega

¿Sabe que era o “pan negro”? _____

Coñece algún refrán que garde relación co pan? _____

¿Destacaría o pan dalgunha zona de Galicia? _____

Lembra algunha curiosidade ou aspecto de interese que teña que ver co pan? _____

¹ Este inquérito é para que responda cada unidade familiar.