

Nella letteratura

Nella Religione

Nella Scienza

In Produzione

# Cristalli di Sale

Nell'Alimentazione

Nell'uso quotidiano

Nella Storia

Nella Saggezza dei popoli

Classe 2<sup>a</sup>D – Progetto SAPERE I SAPORI

Questo sale  
dentro la saliera  
l'ho già visto nelle saline.  
So che  
non sarò creduto  
eppure  
canta  
il sale canta, la pelle  
delle saline  
canta  
con bocca soffocata  
dalla terra.

Fui commosso da certe  
Solitudini  
ascoltando  
la voce  
del  
sale  
nel deserto.

Vicino ad Antofagasta  
Sogna  
la pampa  
salina:  
è una  
voce  
rotta  
un canto  
pietoso.

Poi nelle sue viscere  
il salgemma, montagna  
di luce sepolta,  
cattedrale trasparente,  
cristallo di mare, oblio  
delle onde.

E quindi su tutte  
le tavole del  
Mondo  
tu sale  
agile  
sostanza  
vai spolverando  
luce vitale sopra  
gli alimenti

Proteggendo  
stive antiche  
di navi  
ti facesti  
esploratore  
di oceani,  
materia  
che precede  
sentieri sconosciuti, socchiusi  
nella schiuma.

Polvere di mare, la lingua  
da te riceve il bacio  
della notte marina:  
il piacere infonde in ogni  
cibo autentico la tua oceanità  
e così la piccola  
piccolissima  
onda dentro la saliera  
ci consegna  
non il suo domestico biancore  
ma il sapore che intride l'infinito

Pablo Neruda

Nell'antica Roma la Via Salaria è la strada che porta al porto di Ostia, da cui arrivano le derrate di sale.

Ai soldati in servizio all'estero, nelle zone in cui il sale scarseggia, ne viene corrisposta una quantità chiamata "salarium" .

Nel XII secolo, lungo le rotte dei trafficanti di schiavi, il sale proveniente dal Marocco viene scambiato con l'equivalente del suo peso in oro.



Per il sale scoppiano guerre e rivoluzioni come quella Francese e la Marcia del sale di Gandhi .

Il sale era offerto a Dio secondo la legge dell'Antico Testamento.



Durante il sacramento il battezzando riceveva un granello di sale come augurio che il *sal sapientiae* lo accompagnasse sempre.

La formula chimica del sale è  $\text{NaCl}$ . In 100 grammi di sale 40 sono di sodio e 60 di cloro.



Il sale colora di giallo la fiamma con cui viene a contatto.

Nei cristalli di sale gli atomi di sodio e quelli di cloro si alternano ai vertici di un cubo.

Il sale forma grossi cristalli quadrati trasparenti con una croce greca bianca all'interno.



Il sale è il solo minerale che assumiamo con l'alimentazione e il fabbisogno giornaliero è di circa 6 grammi.

Se ne rischia la carenza soltanto quando si suda molto.

L'eccessivo uso causa ritenzione idrica, ipertensione, eccessiva eliminazione di calcio.

Molti cibi contengono già sale al loro interno.



Annibale Carracci, *Il mangiafagioli*, 1583-84, Galleria Colonna, Roma

L'aggiunta del sale ai cibi ha permesso all'uomo di conservare latte, carne e pesce anche prima dell'invenzione del frigorifero.



Il sale conserva i cibi perché ne permette la disidratazione .

È un correttore di sapidità e spesso si usa nei prodotti industriali per dare sapore ad un cibo di bassa qualità.

Il sale è usato anche in alcuni farmaci poiché la sua molecola è facilmente assorbita dall'organismo.

Il sale è molto presente in natura.

Si ottiene dall'evaporazione dell'acqua di mare nelle saline.



Si può estrarre da alcuni giacimenti, residui di antichi mari, già in forma solida come salgemma.

Esistono tipi diversi di sale a seconda degli additivi.

Olio, ferro e sale, mercanzia reale.

Olio, aceto, pepe e sale fanno  
buono uno stivale.

Popolo senza educazione è  
come cibo senza sale.

Un uovo senza sale non fa né bene né male.

Mettere il sale sulla coda.