

## San Giorgio, Varese festeggia con il Pan Meino

**Pubblicato:** Lunedì 22 Aprile 2013



«Torniamo alle tradizioni, e questa volta lo facciamo con il pan meino, il pan dei poveri, il dolce tipico della tradizione contadina lombarda. Festeggiamo così San Giorgio».

L'assessore alla promozione del territorio, **Sergio Ghiringhelli**, presenta l'iniziativa promossa dal comune per il **23 aprile, San Giorgio appunto, protettore dei lattai**: panettieri e pasticceri di Varese proporranno il Pan Meino (o pammeino, panigada, pan dei poveri, pan de mej, pan melghino, meliga, tutti i nomi del dolce tipico), fatto aggiungendo alla farina di grano quella di mais "Meliga", e di miglio "Mej", poi cosparsi di fiori di sambuco "Paniga" essiccati. Il 23 aprile si firmavano i contratti annuali per la fornitura di latte: il reddito di tante famiglie contadine era sicuro. E poi si festeggiava con pan meino inzuppato nella panna fresca.

### **La ricetta del Pan Meino su [GialloZafferano.it](http://GialloZafferano.it)**

Con il dolce sarà distribuito un segnalibro con la storia della tradizione ([nel link, la versione pdf](#)): il pan meino dei briganti, con gli armigeri dei Visconti che hanno la meglio su una banda che infesta le campagne, e della principessa, con la storia del feroce Drago.

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)