



Panis mellitus (pain d'épice antique)

Les origines de la fabrication du pain d'épices remontent à l'époque de l'ancienne Egypte, où l'on consommait le pain au miel, puis à celle des grecs qui le nommèrent "Melintunta", alors que les romains l'appelèrent "Panis Mellitus". Ainsi, dans l'antiquité, on trouve les traces d'un biscuit, composé de miel et de farine, il s'appelait "pain de l'Hymette", du nom d'une montagne d'Attique réputée pour son miel. A cette époque les épices n'étaient pas utilisées. De même chez les romains le "panis mellitus" (dont parle Pline l'Ancien) était frit et enduit de miel écumé après cuisson, tout comme le "melitounta" d'Aristophane, mélange de farine de sésame enrichie de fromage et d'œufs et enduit de miel après la cuisson. Voici un premier groupe d'ancêtres... du pain d'épices tel que nous le connaissons aujourd'hui.

Ingrédients

- 400 ml de liquide (250 ml de lait & 150 ml d'eau par exemple, ou 400 ml d'eau... au choix !)
- une cuillère à café de bicarbonate de soude
- 1 cuillère et demie à café d'anis en poudre (pas en grain !)
- 1 cuillère à café de cannelle (la cannelle n'était pas employée à l'époque romaine, on n'est donc pas obligé d'en mettre !)
- 500 gr de farine complète
- 250 gr de miel parfumé
- 250 gr de sucre roux, cassonade ou vergeoise .

Préparation

1. préchauffer le four à 220°, beurrer un moule à cake assez grand (ou si l'on utilise un moule à crustulum, un moule à gâteau)
2. Dans une casserole, faire chauffer et mélanger à la cuillère en bois le lait, l'eau et une pincée de sel avec le sucre et le miel de sorte que les ingrédients fondent
3. Dès que c'est chaud, retirer du feu, ajouter les épices (cannelle, gingembre, anis).
4. Mettre la farine dans un saladier et y ajouter petit à petit le liquide, en remuant bien pour que la pâte ne fasse pas de grumeaux ; quand le mélange a un peu refroidi, ajouter la levure, et mettre le tout dans le moule, au four.
5. Faire cuire 10 mn à 220°, puis 45 mn à 180°, en couvrant d'un papier d'aluminium pour éviter que le pain d'épices ne cuise trop sur le dessus.

Le petit plus :

Les Romains utilisaient un "moule" dit *moule à crustulum* pour apposer un motif sur les gâteaux. Il suffit de cuire le pain d'épices dans un moule rond, et à mi-cuisson, de déposer le moule à crustulum huilé sur la pâte...

Ces moules à crustulum (gâteau romain spécialement fait à la période du Nouvel An) ont été découverts à Savaria (capitale de la province romaine de Pannonie Supérieure). Différentes représentations sont illustrées sur ces moules allant de la scène érotique à la représentation d'une divinité.

(Source : <http://www.actu-histoireantique.com/page-4062205.html>)

