

Sicurezza alimentare, da MDC e Frodi Alimentari 10 consigli per Pasqua

Colombe, uova di cioccolato e sode, agnello ma anche tante denominazioni geografiche simbolo della qualità italiana. La Pasqua è per gli italiani un momento per riscoprire le tradizioni, anche quelle culinarie. Il **Movimento Difesa del Cittadino** e **Frodi Alimentari** hanno messo a punto **10 consigli** per acquistare prodotti alimentari consapevolmente e per preparare i convitti pasquali e il picnic di Pasquetta in sicurezza e senza spreco.

- 1. Uova di Pasqua, la qualità è nel cioccolato e non nella sorpresa!** Uova colorate, con sorprese più disparate, per far felici grandi e piccini. Artigianali, industriali sembrano tutti uguali. Errore non è così. Verificate la percentuale di cacao e la presenza di altre sostanze grasse vegetali diverse dal burro di cacao. Se il cioccolato contiene fino al 5% di grassi vegetali diversi dal burro di cacao l'etichettatura deve contenere la specifica: "contiene altri grassi vegetali oltre al burro di cacao".
- 2. Buone le Uova di cioccolato, ma non quelle in vetrina.** Molte volte le uova di cioccolato con i loro involucri colorati e invitanti attirano clienti e bambini. Se decidete di entrare nel negozio e acquistare proprio quello che avete visto, prestate attenzione a che non vi vendano il prodotto esposto. La cioccolata, infatti, si deteriora con l'esposizione al sole e al calore.
- 3. Uova sode, dalla conservazione all'etichetta un occhio di riguardo!** La tradizione vuole che prima della Santa Pasqua si colorino le uova. Ma attenzione a quelle che acquistate. Cercate sempre di scegliere quelle allevate a terra e fresche. Per colorarle usate tinture ad hoc per alimenti o naturali. Una volta acquistate la cosa migliore è conservare le uova in frigorifero e rispettare il termine minimo di consumazione riportato sulla confezione. Il guscio deve essere sempre pulito, si consiglia pertanto di lavarlo qualora risultasse sporco. Non dimenticare che le uova hanno una delle etichette più complete in termini di informazioni al consumatore.
- 4. Colomba, nella lista degli ingredienti la qualità.** La Colomba è il dolce simbolo della Pasqua. Che sia artigianale o industriale deve essere preparata usando determinati ingredienti. Per avere una vera Colomba, infatti gli ingredienti devono essere quelli che la legge stessa stabilisce, ovvero: farina di frumento; zucchero; uova di gallina di categoria "A" o tuorlo d'uovo; burro (non inferiore al 16%); scorze di agrumi canditi (non inferiore al 15%); lievito naturale costituito da pasta acida; sale.
- 5. La filiera corta della Colomba.** Non vi spaventate se acquistando una Colomba in un negozio artigianale non trovate l'etichetta che elenca gli ingredienti. E' tutto regolare. I prodotti venduti direttamente nei laboratori possono essere commercializzati senza etichetta purché sul banco di vendita un cartello o un registro indichino la denominazione di vendita e la lista degli ingredienti.
- 6. Carne di agnello o abbacchio, cosa vuole la tradizione.** L'agnello può essere da latte con un peso che va da 5 a 7 chili con carne molto tenera e magra. L'agnello leggero è invece da 7 a 10 chili e un agnello da taglio può arrivare fino a 10-15 chili. Tra i tagli più diffusi nelle ricette pasquali ci sono le costole, il carrè, la coratella e la coscia.

- 7. Da chi acquistare l'agnello.** Una ottima scelta può essere quella di comprare gli agnelli direttamente dai pastori, così di essere certi della loro provenienza e godere di tutti vantaggi della filiera corta, non da ultimo quello del risparmio economico. Un'alternativa può essere quella di scegliere l'Indicazione Geografica Protetta (IGP) "Agnello di Sardegna", riservata esclusivamente agli agnelli nati, allevati e macellati in Sardegna.
- 8. Scegli la qualità italiana!** Il made in Italy è da sempre sinonimo di qualità, osannato e richiesto in tutto il Mondo. Con le nostre scelte di acquisto possiamo sostenere le tipicità Dop e Igp italiane. Quando andiamo a fare la spesa preferiamo le denominazioni geografiche. Tra le principali tipicità pasquali riconosciute segnaliamo: i Salami Dop e Igp, il Carciofo Romanesco del Lazio IGP, l'Agnello di Sardegna Igp.
- 9. Picnic di Pasquetta in sicurezza!** Se a Pasquetta organizzate un picnic all'aperto attenzione a rispettare la conservazione dei cibi freschi, come latticini, affettati, carne crude da cuocere alla brace. Riponete questi alimenti nelle apposite borse frigo. E a proposito di brace per un barbecue sicuro ricordatevi di pulire la griglie e se state cucinando carni grasse evitate che il grasso coli sulla brace perché il fumo potrebbe essere nocivo. Per la preparazione del cestino del picnic utilizzare il cibo di avanzo del giorno di Pasqua. È possibile in poche mosse preparare delle vere leccornie. Timballi di maccheroni, frittatine, polpettoni etc.
- 10. Non sprecare cibo!** E' proprio durante i convitti delle festività annuali, come la Pasqua, che si rischia di gettare nel cassonetto il cibo avanzato. Per evitare lo spreco alimentare, valuta consapevolmente le porzioni sin dalla stesura del menù. Congela gli avanzi e usali come ispirazioni per nuove ricette.

Ufficio Stampa Movimento Difesa del Cittadino (MDC)
Natasha Turano
Via Quintino Sella, 41 00187 Roma
tel. 06/4881891 int. 209 - cell. 327/6183420
ufficiostampa@mdc.it

Cocca Francesco
info@frodialimentari.it