

Più cultura alimentare se si mangia «straniero»

# Cucina senza frontiere

La caduta di barriere commerciali ha permesso di conoscere anche, come ci si nutre in altri Paesi. L'esempio dell'offensiva più «orchestrata» - Alcuni casi di etichettatura più rigorosa dei prodotti

Un tempo, quando non si viaggiava, le abitudini alimentari acquisite nell'infanzia si conservavano per tutta la vita. Chi marciava a spaghetti, chi a patate, chi a riso, secondo le abitudini e le tradizioni del proprio Paese o della propria regione. L'aumento degli scambi commerciali, l'intrecciarsi delle culture, l'impiego sempre più massiccio dei «media» hanno definitivamente cambiato questa situazione. I viaggi sono diventati più facili e i popoli, mescolandosi, hanno cominciato a scoprire le rispettive cucine e ad apprezzarle.

La «buona tavola italiana» è apprezzata e riconosciuta tra le migliori al mondo e ovunque ci sono ristoranti italiani. Da noi i ristoranti «stranieri» sono frequentati da una élite.

Per fortuna negli ultimi anni il numero degli estimatori degli alimenti stranieri è considerevolmente aumentato. Questo non significa una «resa» ma al contrario il sintomo positivo di una presa di coscienza, un allargamento dei nostri confini culturali.

Ciascun Paese ha qualcosa di caratteristico da offrire ed è un peccato non approfittarne. A questo proposito la cucina tedesca è stata una rivelazione, a giudicare dall'incremento delle vendite non certo dovute soltanto a uno slogan felice come quello «musica nuova in cucina».

Ci si è accorti che la presunta povertà di questa cucina, era ed è un luogo comune, anzi si è rimasti sbalorditi di fronte alla vastità del suo assortimento e della sua qualità.

I prodotti della cucina tedesca sono sempre più venduti nel nostro Paese, e i negozi forniti sono ormai parecchi e disseminati su tutto il territorio nazionale.

Nella sola Milano ce ne sono già otto. Il più conosciuto, il più grande e probabilmente il più rifornito è quello che si



Quanti tipi di pane da scoprire? La maggioranza, comunque, è di tipo nero (a sinistra) e può essere variato secondo i cibi cui si accompagna.

chiamata «La cucina tedesca». Nove vetrine e l'interno organizzato come un supermercato. Ci si possono comprare moltissime specialità: dai salumi, come il rinomato prosciutto della Westfalia, i diversi tipi di wurstel, i latticini, le diverse qualità di birra, i succhi e le conserve, fino alle salse e alle pietanze esotiche in scatola.

«I prodotti più venduti — ha detto il direttore del negozio — sono la birra, i latticini e i succhi di frutta».

«Da noi — ha continuato — compra un pubblico molto eterogeneo. Tedeschi, ovviamente, ma anche inglesi e soprattutto italiani». I prodotti sono garantiti per la qualità. Le etichette, scritte nelle principali lingue dei Paesi appartenenti alla CEE e messe bene in vista su ogni confezione, sono molto precise nell'indicare durata del prodotto ed elementi che lo compongono.

Nei succhi di frutta per esempio è precisata esattamente



La quantità del frutto contenuto e sono aboliti coloranti e additivi. «Le leggi tedesche sono molto scrupolose in questo caso — ha ancora affermato il direttore del supermercato —. Questo ci favorisce nella vendita all'estero o in questa fase si punta tutto sulla qualità».

La tavola tedesca, è un'iniziativa privata, con soli scopi commerciali. Il negozio compra i suoi prodotti da importatori italiani che a loro volta

si riforniscono da associazioni agricole tedesche. Queste associazioni sono sorte per promuovere la vendita dei loro prodotti all'interno del Paese e all'estero. Hanno un «fondo» comune per questa promozione, alimentato da quote fisse per ogni singolo appartenente all'associazione. L'attività è sostenuta anche dal governo. I negozi sorti nei Paesi europei sono allora frutto di una precisa iniziativa politico-commerciale?

Il direttore della Tavola tedesca lo nega decisamente: «Si tratta di attività puramente commerciali — ha risposto — concepito e organizzato da privati in cui il governo federale non ha voce in capitolo».

È certo comunque che questo iniziativa non vengono promosse direttamente dal «centro» non sono nemmeno ostacolate perché rappresentano, comunque, un veicolo di propaganda culturale e commerciale della Germania in Europa.

È noto che il governo tedesco ha una politica precisa nel campo della valorizzazione e dell'esportazione dei suoi prodotti, al contrario di quello del nostro Paese che una politica di questo tipo non la tenta nemmeno.

Gli acquirenti italiani di alimenti tedeschi sono in continuo aumento. La domanda è principalmente per la birra, i wurstel e il pane. Di pane principalmente di segale, ce ne sono diverse qualità e per tutti i gusti. Molto nutriente è composto di crusca e cereali diversi. Da noi sta diventando quasi una moda da quando c'è stato il boom del «rustico».

Consigliato per le diete e per chi soffre di cattiva digestione lo si trova ormai ovunque. La promozione dei prodotti tedeschi è sostenuta da una campagna pubblicitaria veramente imponente se si considerano le attuali possibilità che il mercato italiano offre.

I prezzi sono abbastanza accessibili se si considera il costo dell'importazione. Il prodotto a fumico di Coburgo per esempio, paragonato come prezzo a un nostro buon prosciutto, è quasi conveniente. Il motivo, probabilmente sta nel fatto che il prosciutto affumicato non necessita di stagionatura e, dell'altro, è questo incide evidentemente sui costi. Il che non è poi male.

Daniilo Pessina

Le etichette inviate dai lettori dell'«Unità»

## Le parole esotiche per gli ingredienti delle carni in scatola

Il caso di alcune marche che riempivano il barattolo con il 65 per cento di gelatina - Il frequente ricorso al misterioso «agar-agar»



La carne in scatola che le Coop fanno confezionare direttamente per la propria rete di vendita. La novità sta nel fatto che, dopo molte difficoltà, il prodotto non subisce aggiunta di nitriti come invece fanno ancora altre marche.

Vi mando questa etichetta di una carne in scatola perché la possiede commentare. Ci sono alcuni ingredienti che mi sembrano strani. Uno poi — l'agar-agar — mi lascia molto perplessa. Siccome il prodotto non lo so insieme è abbastanza buono desidererei sapere se è consigliabile o meno.

GINELDA BRANDUARDI MANERA (Milano)

L'etichetta inviata dalla nostra lettrice riguarda il «piatto pronto di carne bovina in scatola e gelatina» Manzotin («apri e gusta»). Troviamo che sia molto giusto che il produttore abbia sottolineato la presenza della gelatina, dato che essa è sempre presente in gran quantità in tutte le carni in scatola.

Una recente indagine ha indicato che in alcune marche la gelatina arriva fino al 65 per cento del contenuto e quindi la presenza di carne è ridotta al solo 35 per cento. Bastano rapidi calcoli per capire a quale prezzo astronomico viene pagata la carne in scatola, che per lo più proviene da tagli non pregiati e che viene abbondantemente utilizzata dai consumatori con meno disponibilità. L'industria della carne in scatola, infatti, sfrutta tutte le parti dell'animale, il che non significa che non siano parti con un buon valore nutritivo, ma certamente parti che non valgono il prezzo che viene fatto pagare.



Ritornando alla gelatina, essa non figura fra gli ingredienti stampati sull'etichetta. Quindi non si tratta di gelatina di brodo come vorremmo fosse, ma di gelatina prodotta con altre sostanze, anzitutto il misterioso agar-agar che non è altro che un estratto di alghe marine, probabilmente inattivo per il nostro intestino, che cioè non viene assorbito.

Nell'etichetta è indicata anche la farina di semi di carrube, una leguminosa a bassissimo prezzo che serve per l'alimentazione animale, la quale in presenza di acqua si gonfia e dà peso.

Per quanto riguarda gli aromi naturali indicati, non sono definiti nell'etichetta e purtroppo sappiamo che secondo il recentissimo regolamento sull'etichettatura (ideato dal precedente ministro liberale della Sanità, Altissimo, e che il Presidente della Repubblica ha firmato non molto tempo fa), sotto l'indicazione di «aromi naturali», possono essere generosamente opiatati anche gli aromi artificiali.

Per quanto riguarda nitriti e nitrai, anch'essi contenuti nella carne in scatola, rimandiamo la lettrice alla risposta precedente, ricordandole che già molte volte l'Unità ha contribuito a informare circa questo argomento di viva attualità per tutti i consumatori.

a cura di Vera Squarcialupi

## Le leggi italiane sono insufficienti e generiche

### Quanto di acqua proteina e grassi nel formaggio

Per chi lo ama ecco descrizioni e consigli

Il principale derivato del latte è il formaggio, che una legge ha definito solo per il suo contenuto in grasso; è noto che in Italia abbiamo tanti, tanti formaggi diversi: sono diversi per contenuto di acqua e di conseguenza per percentuale di proteine e di grasso. Per esempio un etto di mozzarella fresca ha da 42 a 62 grammi di acqua, 21-23 di proteina e 25-30 di grasso; un etto di formaggio duro, di Grana per esempio, ha 32-33 grammi di acqua, 37-39 di proteina e 23-24 di grasso. Se togliamo l'acqua su 100 grammi di mozzarella (come sostanza secca) avremo circa 41-47 grammi di proteina e 45-50 di grasso, mentre nel Grana avremo 54-58 grammi di proteina e 32-36 di grasso.

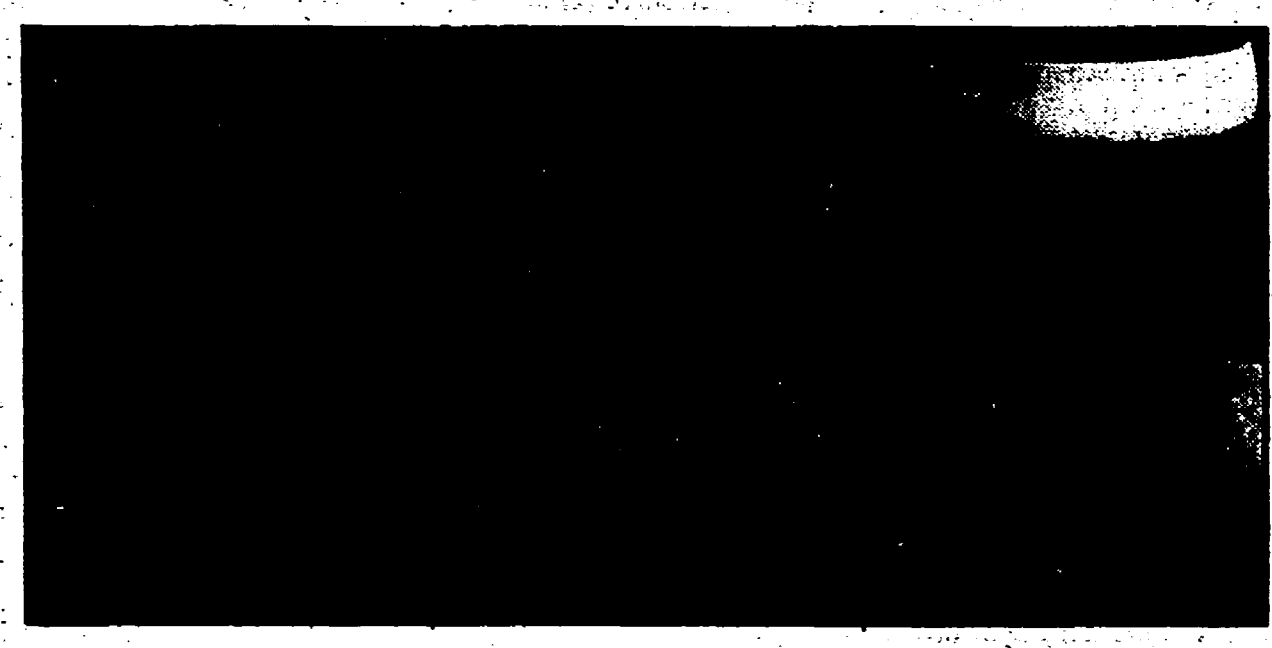
Sono stati presi due esempi ma è chiaro che per ogni tipo di formaggio vi sono grandi differenze nel contenuto in acqua, mentre la legge fissa solo la quantità minima di grasso che deve essere presente, e come si è visto, il più basso (ad esclusione della Toma piemontese venduta in loco) è quello del Grana. Non è per-

nesso commerciare in Italia un formaggio realmente magro.

Vi sono perciò sempre molte confusioni su quello che realmente il mercato ci offre; abbiamo un numero enorme di produzioni lattiero-casearie, alcune così prestigiose da vincere premi internazionali, altre meno famose ma assolutamente degne di essere apprezzate e difese, altre ancora che compiono sul mercato con nuovi nomi di fantasia.

Il consumatore non sa come orientarsi e dopo aver precisato che con poche varianti tutti contengono grassi in percentuali simili, cerchiamo di chiarire alcuni concetti per riuscire ad acquistare quello che meglio si adatta alle nostre esigenze.

**FORMAGGIO FRESCO** — È quello che ha subito un brevissimo (caprini, quark, ecc.) o breve (crescenza, robiolone, ecc.) tempo di stagionatura. Contiene molti batteri lattici, che come in ogni altro formaggio, hanno fermentato il latte, lo zuccherano del latte. Ha una cascina (la pro-



Formaggi alla stagionatura in una vecchia baita del Piemonte.

teina del latte) ancora molto lieviti e mufle (come nel taleggio e del gorgonzola) e l'acqua è diminuita. A volte la digestione della cascina è andata così avanti da rendere la pasta morbida, cremosa (ma non è più grassa!).

**FORMAGGIO A MEDIA MATURAZIONE** — In questo gruppo sono compresi un gran numero di prodotti (faticco, cacioc, gorgonzola, taleggio, asiago, montasio, fontina, ecc.) differenziati fra loro da diverse tecnologie di fabbricazione e perciò con tipi di maturazione diversi, dovuti ai gruppi microbici che hanno potuto crescere. Alcuni formaggi durante la lavorazione hanno subito processi di ricottitura; tutti hanno una ricca microflora lattica accompagnata da altri batteri. La cascina è già un po' spezzata da questi batteri ed è perciò più facilmente assimilabile. Sono comparsi aromi

gustosi dovuti soprattutto a lieviti e mufle (come nel taleggio e del gorgonzola) e l'acqua è diminuita. A volte la digestione della cascina è andata così avanti da rendere la pasta morbida, cremosa (ma non è più grassa!).

**FORMAGGI A LUNGA MATURAZIONE** — Alcuni formaggi che sono stati fatti rientrare fra quelli a media maturazione possono prolungare il tempo della loro stagionatura, acquistano in sapore e sono impiegati sia da tavola che da grattugia. Molti rientrano in questo gruppo e sono fatti con latte di bovina od anche di pecora (pecorino). Spiccano per importanza nazionale il Grana, alcuni Asiago e Montasio ed ottimi Pecorini. Vi sono poi formaggi locali che hanno il loro difetto di non essere costanti di sapore e struttura perché i

processi di produzione sono inadeguati.

In questi formaggi non vi sono più o quasi microrganismi, l'acqua è molto diminuita, la cascina è già tutta spezzata, gli aromi sono meravigliosi.

**FORMAGGI A PASTA FILATA** — Sono così chiamati perché la cagliata, in parte privata del siero, viene immersa nel siero stesso o in acqua molto calda; compressa, caciocavallo, provone, provone, caciocavallo, ecc. Sono fatti di latte intero e mentre la mozzarella viene consumata subito (si potrebbe chiamare pasta filata fresca), gli altri subiscono un periodo più lungo di maturazione che ne fa cambiare via via la struttura ed il sapore. I più giovani hanno ancora batteri lattici, i più maturi non più o quasi. L'ac-

qua è diminuita, la struttura è compatta e la cascina non troppo spezzata.

**FORMAGGI FUSI** — Sono tutti quelli che si presentano come creme più o meno compatte e confezionate in cubetti, triangoli o cilindretti; si ottengono con un processo a caldo di fusione di varie paste di formaggio, in genere da forme non perfettamente riuscite. Non contengono più batteri lattici, ma alcuni sali (polifosfati) che devono facilitare la fusione e che i medici temono per i processi di decalcificazione delle ossa; per questo motivo in Italia tali sali sono consentiti solo fino all'1,5 per cento, mentre in Germania fino al 3.

Per ora non esiste altra legge che regolamenti la produzione dei formaggi al di là del contenuto in grasso, mentre sarebbe utile che i medici temono per i processi di decalcificazione delle ossa; per questo motivo in Italia tali sali sono consentiti solo fino all'1,5 per cento, mentre in Germania fino al 3.

Allora? Quale formaggio comprare? Quello che più piace, sono tutti alimenti sani. Si possono dare solo alcuni consigli: i freschi, per l'elevato numero di batteri lattici, migliorano le funzioni intestinali e sono indicati per bambini, anziani o persone che debbono osservare particolari diete. Se si vuole diminuire l'apporto di grasso, ecco il grana (32 per cento su secco) ed il Montasio-Asiago (30 per cento su secco). Solo quando vi siano particolari stati patologici si può scongiurare o ridurre l'apporto di formaggio con forte sviluppo di muffe o più piccanti.

Sandra Corini

### Pomodori: ai tempi di Colombo coltivati come fiori

Pur essendo stato dichiarato commestibile già nel XVII secolo, il pomodoro è entrato nell'alimentazione corrente soltanto verso la fine del 1800, anzi, in alcune nazioni europee si è cominciato a farne uso solo dopo la prima guerra mondiale.

I motivi di questa scarsa popolarità nei confronti di un ortaggio che, al contrario, ha dei pregi notevolissimi, sono da ricercare nelle sue origini. In effetti, gli aztechi lo coltivavano da secoli, ma a puro scopo ornamentale, mentre allo stato selvatico cresceva in America ai tempi della scoperta di Cristoforo Colombo, considerata da tutti la pianta velenosissima. Tanto è vero che un certo Michele Felice Corne, si è guadagnato un monumento nel Rhode Island, soltanto per aver avuto il coraggio, sfidando la superstizione, di mangiare un pomodoro! Sta di fatto che, una volta cominciato a farne uso, dopo incroci di ogni tipo che hanno praticamente trasformato la pianta ed il frutto (si ricorda per inciso che i primi pomodori apparso in Italia e ricordati in un trattato pubblicato a Venezia intorno al 1530, erano gialli), il consumo di pomodori è sempre andato aumentando, e ben a ragione.

Si tratta infatti di un ortaggio che stimola l'appetito, facilita la digestione, grazie alla sua leggera acidità che favorisce la secrezione dei succhi gastrici, è nutriente perché, nonostante l'abbondante percentuale d'acqua (93 per cento), contiene glucosio, saccarosio, fruttosio, sali minerali e vitamine. Giova infine agli artritici per i suoi scarsi principi azotati, è leggermente lassativo e diuretico. Per tutto questo, si può veramente consigliare il consumo a tutti, ma in modo particolare ai bambini ed ai ragazzi, in insalata o, meglio ancora, sotto forma di succo.



può avere delle conseguenze gravi se assorbito in notevoli quantità.

Per quanto riguarda il consumo, a parte la preparazione di sughi più o meno elaborati, ma tutti ugualmente sani ed appetitosi, un ortaggio che il pomodoro andrebbe gustato preferibilmente crudo, mentre ripieni di carne cotta tritata (ad esempio a pezzi di fessò o arrosto), impastata con una patata bollita, un po' di mollica di pane bagnata nel latte, prezzemolo, sale e pepe, rappresentano un ottimo secondo.

a cura di Odilia Marchesini

**Letture**  
Guido Alpa - Mario Bessone, **IL CONSUMATORE E L'EUROPA**. Rassegna e una cronaca di temi e problemi della Comunità economica europea e del Consiglio d'Europa. Padova, Edizioni Coda, pp. 293, L. 11.000.  
Su di un mercato dove prevalgono le voci dei pubblicitari, dei produttori, dei distributori si affaccia, timido e disumano, il principale soggetto del marketing: il consumatore.  
Mentre questo soggetto è ancora poco conosciuto dalle forze politiche e sociali italiane, la CEE e il Consiglio d'Europa si sono preoccupati di proteggerlo, di tutelarlo adeguatamente, di migliorarne la qualità e le condizioni di vendita dei prodotti di cui egli fa uso, ciascuno nell'ambito della propria competenza.

Ne mangiamo di più e lo compriamo all'estero

### Pesce: 9 chili per uno

Il consumo di pesce in Italia, da alcuni anni, subisce un incremento costante. Negli ultimi 10 anni la quantità immessa sul mercato italiano è passata da 400 mila a 750 mila tonnellate, ed in particolare negli ultimi due anni vi è stato un incremento del 18% rispetto a quello, sia pure costante, degli anni precedenti. Va detto però che l'incremento produttivo nazionale è tuttora insufficiente nel soddisfare le esigenze del consumo, ancora al di sotto delle medie degli

altri Paesi: appena 9 chilogrammi a persona, tra pesce fresco e conservato.

Di questo consumo, la produzione nazionale copre circa la metà del fabbisogno: nel 1979 abbiamo importato 300 mila tonnellate di pesce, che hanno influito sulla nostra bilancia dei pagamenti per 680 miliardi di lire. Il 40% delle importazioni è costituito da pesce congelato o che ha subito un primo processo di trasformazione, perché destinato

In cinque anni diminuito il consumo nei Paesi Cee

### Vino: 49 litri per europeo

Ogni europeo beve circa 49 litri di vino all'anno. La stessa CEE produce e beve circa la metà del vino prodotto nel mondo. Ma attualmente le condizioni del mercato comunitario sono pessanti ovunque, esistendo alcune regioni vinicole, dove predomina il prodotto sfuso, nelle quali l'invenduto crea problemi aggraviati per la conservazione in vista del nuovo raccolto del

prossimo autunno che si prevede altrettanto generoso come quello del '79.

La produzione di vino infatti nell'annata '79-'80 è stata di 168 milioni di ettolitri, con l'Italia (48%) e Francia (46%) ai primi posti. Segue poi distanziatissima la Germania (0,1% pari a 100 mila ettolitri). Il 70% è rappresentato da vini comuni, il 20 da vini di qualità, il 10 da altri

vini. Quando poi i nove Paesi della CEE diventarono dodici (con Spagna, Grecia e Portogallo) due terzi del raccolto mondiale portarono il marchio comunitario.

Ma quanto al consumo, la capacità di assorbimento del mercato comunitario non produttivo: è sono anzi da 133 milioni di ettolitri di cinque anni fa i 124 milioni di ettolitri.

Il tutto corredato da un'ampia bibliografia, costituisce non solo una documentazione di notevole interesse, ma un ricco e completo «manuale» che, se fosse tradotto e applicato, potrebbe modificare sensibilmente l'attuale condizione del consumatore italiano.

V. Sq.