

**TAVOLA 1 - Consumi e necessità di alimenti della popolazione italiana, quantità medie in Kg. per anno e per abitante. Anno 1979**

ALIMENTI*	consumi 1979	Necessità di alimenti secondo L.A.R.N. +20%		Eccedenze in	
		Quantità	%	Quantità	%
<b>DI ORIGINE VEGETALE</b>					
1 Frumento	167,4	158,3	+ 9,1	5,44	
2 Altri cereali	11,6	10,9	+ 0,7	6,03	
3 Patate	43,7	37,2	+ 6,5	14,87	
4 Legumi secchi	4,0	3,7	+ 0,3	7,50	
5 Ortaggi	137,1	126,4	+10,7	7,80	
6 Frutta fresca e agrumi	109,4	103,0	+ 6,4	5,85	
7 Olio oliva e semi	20,3	19,7	+ 0,6	2,96	
8 Zucchero	29,9	25,6	+ 4,3	14,38	
<b>DI ORIGINE ANIMALE</b>					
9 Carni	70,2	53,3	+16,9	24,07	
10 di cui bovina	24,2	15,9	+ 8,3	34,30	
11 Uova	11,5	11,6	- 0,1	-	
12 Latte	81,3	73,9	+ 7,4	9,10	
13 Formaggio	13,8	10,0	+ 3,8	27,54	
14 Burro	2,2	1,9	+ 0,3	13,64	
15 Lardo e strutto	2,7	1,7	+ 1,0	37,04	
16 Pesce	10,0	8,2	+ 1,8	18,0	

**TAVOLA 2 - Raffronto fra eccedenze dei consumi italiani rispetto al L.A.R.N. +20% e importazioni. Quantità espresse in migliaia di q.li per anno e per l'intero Paese. Anno 1979**

ALIMENTI*	ECCEDENZE 1979		IMPORTAZIONI 1979	
	Quantità	%	Quantità	%
<b>DI ORIGINE VEGETALE</b>				
1 Frumento	5.187		29.738	
2 Altri cereali	399		54.419	
3 Patate	3.749		4.917	
4 Legumi secchi	171		1.343	
5 Ortaggi	6.099		1.031	
6 Frutta fresca e agrumi	3.648		3.299	
7 Olio oliva e semi	342		5.366	
8 Zucchero	2.451		3.033	
<b>DI ORIGINE ANIMALE</b>				
9 Carni	9.405		11.138	
10 di cui bovina	4.731		5.783	
11 Uova	-		-	
12 Latte	4.218		8.858	
13 Formaggio	2.166		2.343	
14 Burro	171		419	
15 Lardo e strutto	570		124	
16 Pesce	1.026		2.206	

Fonte delle tabelle: A. Mariani, 1975; aggiornamenti al 1979, bollettino Istat, n. 5, maggio 1980.

1 - Frumento. 2 - Orzo, risone, granoturco. 3 - Patate e patate dolci. 4 - Legumi secchi. 5 - Cavoli, cavolfiori, cipolle ed aglio, carciofi, cardi, finocchi e sedani, pomodori, altri ortaggi. 6 - Mele, pere, ciliege, pesche, albicocche e susine. 7 - Olio di oliva, olio di semi. 8 - Zucchero. 9 - Carne bovina, carne suina, carne ovina e caprina, carne equina, pollame, conigli e selvaggina, frattaglie. 10 - Carne bovina. 11 - Uova. 12 - Latte per consumo diretto. 13 - Formaggi. 14 - Burro. 15 - Lardo e strutto. 16 - Pesce fresco, pesce secco e conservato.

## QUANDO L'IMPORT ESAGERA

Per l'energia non si fa tanto, ma almeno di risparmio si parla parecchio. E' naturale, il nostro deficit petrolifero pesa sempre più sui nostri conti con l'estero. Invece si dice poco sull'altra grande componente del nostro sbilanciato equilibrio commerciale, quella alimentare.

Non solo non si sta facendo proprio nulla dal lato importazioni-consumi interni, ma non se ne parla neppure. Si preferisce puntare sulle esportazioni. E' vero che le nostre industrie alimentari, la nostra agricoltura lavorano discretamente per l'esportazione ma cosa sta succedendo sul lato delle importazioni?

I consumi alimentari degli italiani continuano a evolvere verso una composizione della spesa e della dieta più ricca e costosa: aumentano gli acquisti di carni, di formaggi, di latte, di zucchero e anche, seppure più modestamente,

di pesce. Diminuisce la spesa per la pasta, il riso, i legumi secchi: si mantengono elevati i consumi di frutta, di ortaggi e di grassi.

All'interno poi di questi settori cambiano le abitudini e i prodotti di consumo: crescono le vendite dei prodotti da forno, degli oli di semi, delle bevande gassate, dei surgelati, dei piatti pronti. Anche se permangono, in Italia, alcuni aspetti tradizionali e positivi del tutto caratteristici: gli elevati consumi di frutta e ortaggi, l'alta incidenza dei cereali. La crescita tuttavia della componente carne è impressionante: dai 20 chili scarsi a testa all'anno nel periodo 1951-55, si è giunti oggi a 70 chili a persona, all'anno.

Occorre però guardarsi da una banalizzazione di questi fenomeni, riferendosi a concetti astratti (l'Italia, gli italiani che poco si adattano ad una realtà invece molto

differenziata. L'unità alimentare dell'Italia e degli italiani è ancora lontanissima dall'essere raggiunta. Le condizioni di reddito, le tradizioni culturali, il clima, i servizi distribuiti sono ancora molto diversi fra Nord e Sud e da zona a zona. Gli indicatori ufficiali non sono stati ancora regionalizzati, sicché è possibile dire una sola cosa: che i cambiamenti avvenuti e quelli in atto presentano accelerazioni più nette nell'Italia centro-settentrionale, rispetto al Sud del Paese.

Del resto, la stessa distribuzione della spesa appare tuttora fortemente differenziata fra Nord, Centro e Mezzogiorno: la componente alimentare incide del 32 per cento sul reddito nel Settentrione, del 33,5 per cento al Centro, ma raggiunge il 40 per cento nel Sud. Dal lato dell'economia, il divario alimentare fra esportazioni e importazioni resta perciò —

accanto a quello energetico — un dato di fondo che va affrontato.

C'è la via dello sviluppo delle esportazioni: da questo punto di vista gli anni 1978 e 1979 sono stati eccezionalmente positivi, ma già nell'ottanta c'è stato un rallentamento. Forti incrementi sui mercati esteri hanno avuto le nostre conserve alimentari, la pasta, il vino, la frutta. Ma il passivo della bilancia alimentare ha raggiunto livelli record: nei primi dieci mesi di quest'anno è arrivato a 4.739,8 miliardi, con un incremento di circa il 25 per cento rispetto allo stesso periodo dell'anno passato.

Mentre il fattore esportazione resta un aspetto del problema in qualche misura a se stante, c'è un legame stretto fra tendenze dei consumi nazionali e dinamica dell'import. Su questo intreccio è possibile intervenire, anche se occorre avere presente che i comportamenti

spontanei degli italiani stanno andando in direzioni del tutto contrarie. Si tratta quindi di una operazione di largo respiro e che non può dare risultati nel breve periodo. Per affrontare il problema è utile mettere a confronto la struttura dei consumi con i profili alimentari raccomandati per evidenziare le quantità eccedenti. Allo scopo possono venire utilizzati i modelli del prof. Mariani (Corso su Stato e prospettive del settore alimentare in Italia - Marzo 1979), opportunamente aggiornati (che pubblichiamo, lievemente rielaborati, nelle tabelle sopra il titolo).

La valutazione delle necessità alimentari si fonda sul LARN — livelli di assunzione raccomandati di nutrienti — aumentati del 20 per cento; dati sui consumi 1979 vengono dall'ISTAT. Rispetto alle esigenze nutrizionali il profilo medio della dieta degli ita-

liani appare sovradimensionato in tutte le voci considerate, ma in particolare assai elevati sono i consumi di cereali e di alimenti di origine animale. Potrebbero essere risparmiati 9 kg. all'anno pro capite di cereali e ben 18,9 kg. di carne a testa e anche in altri settori, zucchero e formaggi si potrebbero contenere i consumi.

La trasformazione dei risparmi individuali in consumi collettivi mostra con evidenza che alcune importanti modifiche nella tendenza dei consumi porterebbero a sostanziali abbattimenti dei livelli delle importazioni. Ma da dove cominciare?

L'idea è quella di accettare la sconfitta presso le generazioni della mezza età, per iniziare con coraggio una politica alimentare nelle scuole, nelle aziende e diffondere una nuova cultura della nutrizione.

g. v.

# Latterie cooperative riunite Reggio Emilia

190 Cooperative associate  
10.000 Produttori  
Esportazione in oltre 40 paesi



Fatturato 1980 100 MILIARDI  
Fatturato 1975 25 MILIARDI  
Fatturato 1970 10 MILIARDI

## UNA BELLISSIMA POLVERE D'ORO CHIAMATA POLENTA

Oggi è un piatto di moda, ma nei secoli scorsi era il segno della miseria e delle malattie da denutrizione e fame che colpivano soprattutto le campagne

«Empiremo una bellissima caldaia d'acqua e la porteremo sopra le fiamme. Quando l'acqua comincerà a mormorare lo prenderò di quell'ingrediente in polvere bellissima come l'oro chiamata farina gialla e a poco a poco andrò fondendola nella caldaia nella quale (...) con una sapientissima verga andrò facendo dei cerchi e delle linee. Quando la materia sarà condensata la leveremo dal fuoco (...) e vi acceremo poi sopra di mano in mano un'abbondante porzione di fresco, giallo e delicato butirro e poi altrettanto grasso, giallo e grato formaggio, e poi? Poi (...) con una forcina in mano per cadauno prenderemo due o tre bocconi in una volta di quella ben condizionata polenta e ne faremo una mangiata da imperadore».

Poche parole da una commedia di Goldoni: una gustosa descrizione magistrale per concisione e accuratezza — con cui l'autore veneziano tesse l'elogio di un piatto dalle antiche ed umili origini contadine.

Il mais (o granoturco) da cui si ottiene la farina per la preparazione della polenta è originario del «Nuovo Mondo»: fu infatti introdotto in Europa dopo la scoperta dell'America, a quanto pare portata dallo stesso Cristoforo Colombo. Inizialmente la curiosità stimolò anche i raffinati palati dei signori: per breve tempo la «bionissima polenta» comparve talvolta sulle loro nobili mense, da cui fu ben presto bandita perché ritenuta «cibo sol di rozza gente umile» e pertanto certo non adatto a suzzicare «le delicate brame di cavalieri e dame».



tribuire alla polenta proprietà terapeutiche quale quella di riuscire «se ben cotta e presa con moderazione» — a liberare da ostinatissime febbri». In realtà l'alimentazione basata quasi esclusivamente sul mais causò non poche vittime di pellagra (una grave malattia dovuta a carenza di vitamina PP), in particolare fra le popolazioni della valle padana e delle regioni settentrionali (soprattutto Veneto e Lombardia) per le quali la polenta fu a lungo il piatto fondamentale e spesso l'unico.

Oggi — nella generale tendenza alla riscoperta spesso mistificatoria del «genuino sapore dei cibi di una volta» — anche la vecchia, buona polenta torna di moda dopo una sorta di esilio. Antiche ricette vengono nuovamente

realizzate per farci gustare le tipiche «produzioni» regionali: la polenta «concia» del Piemonte o quella lombarda con l'onza e salsiccia, la «smalzada» trentina o la «taragnà» della Valltellina, ecc.

Umile e modesta, si presta alle preparazioni con molti altri ingredienti che — oltre a renderla più saporita — le conferiscono il valore nutritivo di cui da sola è assai povera. La fantasia di intere generazioni di contadini (purificata spesso dalle necessità della sopravvivenza) ha creato accostamenti riusciti (anche se ora mangiamo con gusto la polenta abbinata a burro e formaggio (parmigiano, fontina, gorgonzola...), sarti di carne (coniglio, maiale, lepore...), baccalà, uccelletti (quaglie, tordi, passeri...), o fegato e ci-

polle, e così via elencando. Gialla o (più raramente) bianca, la polenta viene tradizionalmente preparata in un palolo di rame sospeso su fuoco di legna: ma questo metodo — ormai seguito soltanto in occasione delle sagre — è andato «inevitabilmente» modificandosi nel corso del tempo. Ammesso che non si faccia ricorso alla pentola a pressione, occorre in ogni caso rimpiangere continuamente con un cucchiolo di legno: è un'operazione indispensabile se si vuole ottenere l'impatto «giusto», che — sia pure più o meno consistente a seconda dei gusti — deve sempre essere omogeneo e privo di grumi.

Il compito è piuttosto ingrato, tenendo conto che la cottura richiede tempi abbastanza lunghi (almeno 40-45 minuti): è necessario infatti che il calore faccia aprire il legno in volucri delle particelle di mais, rendendo digeribile la farina.

Se è piuttosto compatta la polenta viene poi, generalmente, rovesciata su un tagliere di legno e — in una densa nuvola di vapore — tagliata a fette (magari usando un filo, come era usanza in altre epoche...). Appetito dei commensali permettendo, eventuali «avanzi» possono essere conservati per alcuni giorni in frigorifero (purché avvolti in fogli di alluminio o chiusi in un contenitore): calda o fredda, frittata o ricucinata la polenta potrà ricomparire a tavola elaborata in modo diverso.

Quando si è in piacevole e numerosa compagnia, una cena (attenzione: è impercatoria!), a base di polenta è quasi un rito d'amicizia collettiva da celebrarsi in allegria... rito del quale dovremmo astenerci unicamente coloro i quali soffrono di diabete, ipercosterolemia, dislipidemie o insufficienza digestiva.

Rita Rutigliano



LE SPIGHE DORATE, IL RACCOLTO, IL MULINO: ALLORA IL NOSTRO LAVORO COMINCIA.

E così ogni stagione. È da più di cent'anni che la nostra essenziale materia prima è il buon grano. Per questo Barilla può parlare di tradizione portata avanti nel tempo.

All'inizio, nel 1877, Barilla faceva a Parma del pane così buono che molti vollero farcelo altre cose. Oggi i prodotti Barilla sono molti: la pasta di semola di grano duro e la pasta all'uovo in tutti i formati della gastronomia italiana, i tortellini tipici dell'Emilia, i grissini e le fette biscottate,

i biscotti, le merendine, il pan carré, le pizze e le miscele per dolci.

Tutti prodotti che nascono dai grani più adatti: selezionati e controllati secondo le diverse esigenze.

Trasformare il più prezioso alimento della natura, il grano, in cose buone e naturali per la tavola di milioni di persone è sempre stato l'impegno Barilla.

Un lavoro antico: impastare, modellare, metter in forno, essiccare. In grande quello che è artigianato. E gli uomini Barilla conoscono il loro

lavoro perché gli anziani hanno trasmesso ai giovani i segreti e la tradizione, di generazione in generazione, dal lontano 1877.

Proprio come il coltivatore trasmette ai figli l'arte antica e semplice di seminare e raccogliere le spighe di grano.

Barilla per questa sua semplicità nel fare, per la costanza produttiva e l'esperienza può così vantare di ottenere ogni giorno, da tanti giorni, il consenso dei consumatori italiani e stranieri.

**Barilla**

DAL 1877 DIFENDE LA QUALITÀ