AGENZIA STAMPA QUOTIDIANA NAZIONALE
Prima Pagina News

Primo Piano - *Natale: Coldiretti, avanzi a tavola per 8 italiani su 10*

Roma - 26 dic 2019 (Prima Pagina News) **Cresce la sensibilità verso gli sprechi alimentari.**

Più di otto italiani si dieci (83%) trovano a tavola gli avanzi di cenoni e pranzi di Natale che vengono riutilizzati in cucina anche per una crescente sensibilità verso la riduzione degli sprechi per motivi economici, etici e ambientali. E' quanto emerge dall'indagine Coldiretti/Ixe' divulgata nel giorno di Santo Stefano dalla quale si evidenzia che solo il 15% delle famiglie non avanza niente mentre il 2% dona in beneficenza e nessuno dichiara di buttare gli avanzi nel bidone. Secondo la Coldiretti ammonta ad almeno mezzo miliardo il valore di cibi e bevande preparati e non consumati sulle tavole degli Italiani a Natale. Per conservare il cibo del giorno prima ed evitare di gettarlo nella spazzatura Coldiretti ha elaborato alcuni consigli, a partire dall'utilizzo corretto del frigorifero. Le pietanze non devono essere inserite quando sono ancora calde ma vanno adeguatamente coperte e non ammassate l'una sull'altra, per permettere al freddo di circolare. Quelle più facilmente deperibili – continua Coldiretti - devono inoltre essere collocate nella parte bassa del frigo. Quando ad avanzare sono interi vassoi di cibo il congelatore può essere un'ottima soluzione, ma è sempre meglio dividerli in piccole porzioni così da consumare di volta in volte solo le quantità che servono. Per scongelarle si può utilizzare il forno a microonde o il vapore di una pentola piena di acqua calda, ma la soluzione migliore, seppure più lenta, è quella di utilizzare il frigo, dove il passaggio di temperatura è più costante. Una volta scongelate, le pietanza vanno consumate entro 24 ore e non possono essere congelate nuovamente. Allo stesso modo – prosegue Coldiretti – il cibo avanzato non va riscaldato più di una volta. Quando vanno messi sui fornelli, minestre, sughi e salse del giorno prima vanno fatte bollire mentre per gli altri piatti si consiglia comunque di portare la temperatura sopra i 70 gradi. In questo modo saremo sicuri – spiega Coldiretti – di evitare il rischio di proliferazione di batteri. Al momento di scegliere il tipo di contenitore da utilizzare, una buona soluzione può essere il vetro, a partire dai barattoli con tappo a chiusura ermetica che consentono di conservare meglio le caratteristiche organolettiche del cibo. L'altra soluzione, più "tecnica", è l'uso del sottovuoto che permette di allungare ulteriormente la "seconda vita" delle pietanze. Un'alternativa molto diffusa alla conservazione in frigo – aggiunge Coldiretti - è la "trasformazione" degli avanzi in nuovi piatti, con la cosiddetta cucina del giorno dopo. Polpette o polpettoni a base di carne o tartare di pesce sono ottime soluzioni per recuperare il cibo del giorno prima, ma anche le frittate possono dare – sottolinea la Coldiretti - un gusto nuovo ai piatti di verdura o di pasta, senza dimenticare la ratatouille. La frutta secca in più può essere facilmente caramellata per diventare un eccellente "torrone", mentre con quella fresca si ottengono pasticciate, marmellate o macedonie. E per dare un nuovo sapore ai dolci più tradizionali, come il pandoro o il panettone, si ricorre spesso alla farcitura con creme. Recuperare il cibo è una scelta che - continua la Coldiretti - fa bene all'economia e all'ambiente anche con una minore produzione di rifiuti. Per il tradizionale

appuntamento del Natale con la tavola sono stati spesi 2,6 miliardi di euro, il 9% in più rispetto allo scorso anno. Se nel menu della vigilia – conclude la Coldiretti – è stato servito il pesce in otto tavole su dieci (81%), a Natale prevale la carne e vincono bolliti, arrosti e fritti, dall'agnello ai tacchini, ma anche minestre, zuppe, paste ripiene, cappelletti in brodo e pizze rustiche e i dolci fatti in casa, con il record di una media di 3,8 ore trascorse in cucina per la preparazione dei piatti.

(Prima Pagina News) Giovedì 26 Dicembre 2019

Verbalia Comunicazione S.r.l. Società Editrice di PRIMA PAGINA NEWS
Registrazione Tribunale di Roma 06/2006 - P.I. 09476541009
Iscrizione Registro degli Operatori di Comunicazione n. 21446

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
Redazione Tel. 06-45200399 r.a. - Fax 06-23310577
E-mail: redazione@primapaginanews.it