



IMPARIAMO A LEGGERE tra le righe, per esempio i *grassi*... e gli *oli vegetali*...

MICHELA DI MARIA

La nuova norma sull'etichettatura alimentare, entrata in vigore il 14 dicembre 2014, ha puntato la sua lente d'ingrandimento tra le righe della lista degli ingredienti al fine di rivelare al consumatore quello che fino a poco tempo prima era celato con indicazioni generiche e molto spesso fuorvianti.

Uno degli aspetti che ha generato maggior fermento tra i consumatori, ma anche tra i produttori (in vero più dell'industria che della piccola produzione artigianale di qualità) è stato l'obbligo di togliere il velo alla **tipologia di grasso utilizzato nelle produzioni**. Infatti fino a un anno fa era sufficiente riportare tra gli ingredienti la voce generica "grassi vegetali", voce che il consumatore, fiducioso, interpretava essere il buon olio di oliva o, nella peggiore delle ipotesi, olio derivante da semi di produzione locale: mais, girasole, soia, arachidi. Ma una volta che la legge europea ha imposto che all'indicazione generica venisse dato un nome più specifico si è scoperto che **nella maggior parte dei casi si trattava, e si tratta tuttora, di un grasso tropicale, l'olio di palma**. Così d'un tratto si è avviato un sempre più sostenuto ragionare intorno a un olio a dir poco contestato a causa di motivi che passano dalla salute del consumatore fino ad arrivare a quella del pianeta Terra.

Nel primo caso i problemi sono legati alla sua onnipresenza nei prodotti da forno, dai grissini ai biscotti per l'infanzia, tanto da rendere difficoltosa la composizione di una lista di prodotti industriali in cui non sia utilizzato. Essendo un olio ricco di grassi saturi è noto che un suo consumo eccessivo, facilmente raggiungibile causa la sua ubiquità, risulta particolarmente dannoso alla salute. Dall'altra parte la pressante richiesta dei Paesi industrializzati per le produzioni di olio di palma su larga scala sta portando a gravi fenomeni di deforestazione e di compromissione della biodiversità di Paesi in via di sviluppo quali Malesia, Indonesia, Thailandia. Il secondo aspetto innovativo delle etichette, che però ha creato minor clamore rispetto alle specifiche sui grassi, è l'obbligo di riportare l'indicazione degli eventuali trattamenti tecnologici subiti, per ogni ingrediente. Così se un biscotto viene prodotto attraverso l'uso di latte in polvere nella sua lista degli ingredienti non si trova più la sola scritta "latte", ma dovrà esserci la puntuale specifica della tipologia di trattamento che lo stesso ha subito. Non ci resta quindi che leggere con attenzione, scoprire e comprendere, per potere e voler scegliere. A tutela della nostra salute, primo passo per essere, in armonia con la Natura. *(la prima parte dell'articolo sull'argomento è stata pubblicata sul qbquantobasta di gennaio 2016).*