

L'Espresso

Euro 3,00

Settimanale di politica cultura economia - www.espressonline.it

N. 17 anno LIX 2 maggio 2013



Poste Italiane s.p.a. sped. in A.P. D.L. 353/03 (conv. in legge 27/02/04 n. 46) art. 1 comma 1 - DCB Roma - Austria - Belgio - Francia - Germania - Grecia - Lussemburgo - Olanda - Portogallo - Principato di Monaco - Slovenia - Spagna € 5,10 - C.T. Sfr. 6,20 - Svizzera Sfr. 6,50 - Inghilterra £ 3,80



IERI OGGI DOMANI

UN FEROCO CONFLITTO GENERAZIONALE PARALIZZA E DIVIDE IL PD. CON IL NAPOLITANO BIS E IL GOVERNO LETTA SI SANCISCE LA TREGUA. MA LO SCONTRO PRESTO RICOMINCERÀ. DAL CASO RENZI. INDAGINE SU UNA GUERRA E I SUOI PROTAGONISTI

PAPA SHOW

FRANCESCO HA STRAVOLTO TUTTI I RITI DEL PROTOCOLLO **p. 42**

VOLI DI STATO

MONTI LI HA TAGLIATI MA LO SPRECO CONTINUA **p. 50**

DOPPIO SERVILLO

I DUE FRATELLI INSIEME IN UNA COMMEDIA DI EDUARDO **p. 94**

Si fa presto a dire PESCE FRESCO

Conservanti. Polifosfati. Citrati. È lunga la lista di additivi utilizzati dall'industria. Non tutti fanno male. Guida per una tavola sana

DI AGNESE CODIGNOLA

Molti di noi non l'hanno mai nemmeno visto il mitico pesce pescato, in acque incontaminate; e poi cotto, fresco di giornata e gustato con tutto l'odore del mare. No, quel pesce lì, se mai è esistito e non è leggenda metropolitana, oggi davvero non c'è più. Almeno non in città, non tutto l'anno. Perché quello che mangiamo è ormai un prodotto in grandissima parte industriale, che trasporto e conservazione impongono di trattare con conservanti leciti, ma anche, talvolta, illici-

ti. Non solo, per fortuna negli ultimi anni è cresciuta la consapevolezza delle qualità nutritive del pesce, ma questo ha prodotto un aumento tale dei volumi di pescato in tutti i mari del mondo che di pesce selvatico ce n'è rimasto davvero poco. Tre quarti di quello consumato in Italia è di allevamento e forse è meglio così, anche se i consumatori sono diffidenti. Molti non pensano, infatti, che il pesce pescato in alcuni mari contiene molti inquinanti - in primo luogo mercurio - e che, invece, le filiere del pesce di allevamento sono oggi molto spesso controllate, certificate e forniscono un prodotto finale qualitativamente uguale se non superiore a quello pescato liberamente (magari con reti a strascico che devastano i fondali e depauperano specie che non vengono poi consumate).

Insomma, quando portiamo il pesce in tavola, il più delle volte non sappiamo cosa finiremo col mangiare. Per raccontare una cultura nuova del pescato, Slow Food e Regione Liguria, con il ministero delle Politiche agricole, alimentari e forestali, organizzano a Genova, dal 9 al 12 maggio, la nuova edizione di Slow Fish. Conferenze, mercati, laboratori, incontri con chef, cucine di strada animeranno le calate del Porto Antico e le strade circostanti in una manifestazione che vuole far cono-

scere le oltre 300 specie che popolano il Mediterraneo, i modi migliori per consumarle senza intaccare un patrimonio unico e fragilissimo e, in definitiva, modificare la cultura del pesce, introducendone una più sostenibile e corretta.

Ma proviamo noi a radiografare il banco del pescato, per cominciare a fare chiarezza.

SI FA PRESTO A DIRE FRESCO

Innanzitutto si devono distinguere le tre tipologie di pesce che si trovano normalmente nel bancone del "fresco": sembra infatti tutto uguale, ma in realtà può essere fresco, trasformato o congelato.

Il pesce fresco, oggi appunto sempre più raro, non dovrebbe incontrare sulla sua strada alcun tipo di conservante. Il pesce





trattato, invece, è tale perché il più delle volte è stato pescato a centinaia o migliaia di chilometri di distanza, e quindi deve essere subito lavorato, a partire quasi sempre dal peschereccio, per poter affrontare le lunghe ore di viaggio e giungere a destinazione in condizioni organolettiche ottimali. Lo stesso vale per quello scongelato, che può essere sottoposto ad alcuni trattamenti che lo aiutano ad avere un aspetto invitante come quello fresco.

«Il primo modo per capire se un pesce contiene o meno conservanti è leggere con attenzione l'etichetta che, sia pure in caratteri spesso piccolissimi, contiene tutte le informazioni necessarie sul luogo di provenienza, sull'appartenenza a una delle tre tipologie e sulle sostanze aggiunte», spiega Valentina Tepedino, veterinaria e direttrice di "Eurofishmarket", una delle riviste di settore più qualificate, sottolineando che, soprattutto nei mercati rionali o nelle piccole pescherie, non sempre viene esposta in modo chiaro l'obbligatoria lista degli ingre-

dienti in caso di pesce lavorato. «Un primo punto sul quale intervenire è questo», spiega ancora Tepedino: «Perché anche se si è fatto un notevole passo in avanti con la legge sull'etichettatura, in realtà i banconi delle pescherie ospitano tutte e tre le tipologie sovente in modo caotico, senza dare la possibilità al cliente di sapere subito che cosa sta comprando».

CON L'AUTO DEI POLIFOSFATI

Il più delle volte, quindi, si finisce con l'acquistare pesce lavorato (meno spesso scongelato), cioè sottoposto a trattamenti con conservanti e altre sostanze per mantenere il più a lungo possibile alcune caratteristiche organolettiche. I prodotti più utilizzati sono i polifosfati, che consentono alle carni di trattenere dal 10 al 20 per cento di acqua, fatto che assicura la tonicità dei tessuti. «Si tratta di additivi perfettamente leciti e usati in molti altri tipi di alimenti, se aggiunti nelle dosi previste e indicate», chiarisce Tepedino.

La seconda grande famiglia è quella dei

A SINISTRA: IL PARASSITA ANISAKIS, POSSIBILE NEL PESCE CRUDO, MARINATO E SOTTO SALE

derivati dell'acido citrico, i citrati, che funzionano da antiossidanti e rallentano l'invecchiamento della carne; polifosfati e citrati non sono associati a rischi particolari, anche se è necessario che le dosi siano quelle previste per legge. Ultima e terza classe, usata soltanto nei crostacei, è quella dei tanto discussi (nel vino) solfiti, che hanno uno scopo molto specifico. Spiega Tepedino: «Subito dopo la morte l'apparato digerente del crostaceo diventa nero e questo causa la formazione di una macchia esterna scura assai poco gradita, perché erroneamente scambiata come segno di putrefazione. Per evitare che essa si formi si danno allora solfiti che però, in dosi eccessive, possono scatenare fenomeni di intolleranza, esattamente come avviene per i vini». Da alcuni anni si cercano alternative, e una delle sostanze più promettenti è il resorcinolo, un antiossidante che sembra funzionare, ma ▶

Il branzino si fa global

Sui banchi dei supermercati delle grandi catene il numero medio è 60. Ci sono cioè, tra varietà e specie, molti tipi di pesci diversi. Un'abbondanza che non conosce confini: basta leggere l'etichetta per accorgersi che il pesce, oggi, giunge sulle nostre tavole da altri Paesi del Mediterraneo, dall'Atlantico, dal mare del Nord e da quello del Vietnam. Ogni anno, infatti, solo 220 mila delle oltre 900 mila tonnellate di pesce commercializzato in Italia sono pescate o allevate in Italia: circa tre quarti del pesce che mangiamo non è italiano.

Come orientarsi? La prima regola è leggere l'etichetta, che dal 2004 deve contenere la zona di cattura o, in caso di allevamento, il paese dove l'animale ha terminato lo sviluppo, oltre ai nomi

commerciali e scientifici della specie, il metodo di produzione (pescato o allevato) e gli eventuali ingredienti usati nella lavorazione. La provenienza, tra le altre cose, aiuta a capire anche le differenze di prezzo. Se per esempio un'orata o un branzino greci allevati si aggirano attorno ai 10-12 euro al chilo, perché il governo sostiene le imprese con incentivi specifici, lo stesso pesce allevato in Italia costa fino al 50 per cento in più, soprattutto se proviene da filiere certificate come quelle dei marchi Esselunga e Coop, che garantiscono condizioni di crescita molto simili a quelle naturali. Se invece giunge dal mare del Nord il prezzo può arrivare a 25 euro al chilo. Se si preferisce il rombo, molto probabilmente si troverà un prodotto che arriva da Portogallo

o Francia, mentre l'ombrina più diffusa è quella italiana o spagnola, come spagnola è, molto spesso, la sogliola. Negli ultimi anni, poi, anche la Turchia si è imposta esportando dentici e pagelli, soprattutto. Per quanto riguarda i pesci d'acqua dolce, è ormai familiare il pangasio, che arriva direttamente dal Vietnam, e non è infrequente trovare il persico africano (dal lago Vittoria), da non confondere con il persico dei laghi europei. In ogni caso, si tratta sempre di pesce che è stato pescato fino a 2-3 giorni prima e, nel 65 per cento dei casi, allevato, con modalità e mangimi molto differenti, che possono poi fare la differenza per quanto riguarda il valore nutrizionale del prodotto, che può avere più o meno grassi, proteine e così via.

che è ancora in fase sperimentale.

Gli unici altri additivi permessi sono alcuni tipi di coloranti come il succo di rapa rossa, indicati con la sigla europea "E" e presenti soprattutto nei filetti di alcuni pesci come il tonno o lo spada. Perché il colore, nel pesce, è molto importante, anche in questo caso per errate convinzioni su ciò che è sano e ciò che non lo è. Il fatto è che la carne di un pesce morto un paio di giorni dapprima tende ad assumere un colorito bruno, che è naturale, ma che è anche molto sgradito al consumatore. Per questo si aggiungono coloranti o si fanno trattamenti in realtà non molto pericolosi, ma comunque vietati. Come il passaggio in acqua ossigenata e il trattamento con monossido di carbonio.

Nel primo caso, l'acqua ossigenata aiuta a eliminare alcune zone emorragiche (che si determinano per esempio con la pesca a strascico delle acciughe), evitando che la testa e l'occhio presentino zone di sangue rappreso. L'acqua ossigenata è impossibile da identificare perché si trasforma in acqua normale, ma è anche, di fatto, innocua, e molti gestori di pescheria la usano senza troppa preoccupazione per presentare prodotti più gradevoli alla vista; si stanno comunque studiando nuove metodologie per rilevarne la presenza. Il passaggio di monossido di carbonio, fatto anch'esso per conferire alle carni il colore rosso, può essere sco-



perito con opportune indagini. Anche in questo caso, si tratta di un trattamento che non fa male (il monossido di carbonio è dannoso solo in quantità enormemente superiori a quelle fatte passare velocemente sul pesce, e non se viene mangiato perché intrappolato nella carne, ma solo se viene respirato). Il trattamento può comunque contribuire alla cosiddetta sindrome sgombroide, una sindrome simil-allergica che dà arrossamento, prurito, innalzamento della temperatura e difficoltà respiratorie e che è indotta dal

deterioramento delle carni causato appunto dalla lavorazione con sostanze che aumentano la liberazione di istamina come il monossido di carbonio.

OSPITI INDESIDERATI

Oltre ai trattamenti chimici, poi, esiste un altro pericolo derivante da una lavorazione o conservazione non ottimale: l'anisakis, un parassita che può provocare una malattia (anisakidosi) che talvolta può avere conseguenze anche piuttosto gravi come danni alle pareti gastriche e intestinali, anche se nella maggior parte dei casi

Foto: M. Anzilino/Gallery/Contrasto, J. Winslow/Gallery/Contrasto



A SINISTRA: IL FULTON FISH MARKET DI NEW YORK

A GENOVA, PARTE SLOW FISH. PER IMPARARE A CONSUMARE PRODOTTI GENUINI E PESCATI SENZA DANNI ALL'ECOSISTEMA

si manifesta solo come una violenta intossicazione gastrointestinale. Questi parassiti, presenti in tutto il Mediterraneo, di norma risiedono nell'addome dei pesci adulti, dove sono visibili a occhio nudo perché hanno l'aspetto di un vermicello biancastro lungo da uno a tre centimetri.

Il problema, con l'anisakis, è che, se l'eviscerazione è tardiva, il parassita può migrare nelle carni, dove diventa di fatto invisibile. Il rischio, però riguarda soltanto il pesce consumato crudo o sotto sale o marinato, perché la cottura lo distrugge. Negli ultimi anni le segnalazioni di infestazioni sono aumentate molto in Italia, ma secondo gli esperti ciò dipende dal fatto che è cresciuta la consapevolezza dei medici e, soprattutto, è aumentato molto il consumo di pesce crudo, sul quale è impossibile arrivare al rischio zero, dal momento che quasi tutte le specie ittiche italiane sono potenzialmente infestate da questo parassita. La normativa, comunque, prevede per tutti i pesci che vanno consumati crudi o affumicati a freddo (compresi quindi aringhe, sgombri, salmone), marinati e salati (se la procedura non garantisce l'eliminazione dei possibili parassiti presenti) il congelamento a una temperatura non superiore ai -20 gradi in ogni parte per almeno 24 ore.

Ma tutti i trattamenti chimici potreb-

bero essere destinati a un ruolo marginale entro pochi anni. La scienza della conservazione del pesce, infatti, è in fase preistorica rispetto, per esempio, a quella della carne. Solo ora si iniziano a studiare tutte le possibili miscele di gas cui sottoporre il pesce per evitare che invecchi o che vi proliferino dentro i parassiti; nei prossimi anni l'aria modificata sostituirà almeno in parte i conser-

vanti, assicurando un risultato molto più soddisfacente in termini di sicurezza alimentare e di caratteristiche organolettiche. L'introduzione di nuovi metodi di conservazione dovrà necessariamente essere accompagnata anche da un altro cambiamento culturale: quello sull'aspetto del pesce. Perché i consumatori sono affezionati al pesce intero, ma molti studi ormai dimostrano che il pesce già eviscerato, tagliato e pronto è migliore da tutti i punti di vista, oltretutto più sicuro. In futuro sarà quindi probabilmente venduto in filetti e pezzi pronti, in confezioni chiuse con etichette scritte in modo più chiaro di quanto non avvenga oggi, offerto in settori separati a seconda della tipologia e sarà quasi tutto di allevamento a filiera controllata. ■

Surimi e non sai cosa mangi

Aspetto accattivante, praticissimo, adatto a spuntini e pasti, all'apparenza economico. È il surimi, da alcuni anni grande protagonista della cucina pronta e conseguenza low cost della moda del cibo giapponese che dilaga anche in Italia. Ma che cos'è veramente il surimi industriale? Il surimi è nato centinaia di anni fa in Giappone, dove viene composto con pesci di diverso tipo, la cui carne viene macinata e disposta in strati avvolti da alcune parti del pesce o da alghe e foglie; quello industriale, invece, si presenta sotto forma di cilindretti bianchi all'interno e arancioni all'esterno. Le prime produzioni erano fatte esclusivamente con merluzzo, ma oggi si trovano prodotti ottenuti con carpe, sgombri e molti altri pesci meno pregiati, che spesso è difficile, se non impossibile, identificare perché non vi è obbligo di indicazione della composizione sulla confezione. In realtà il surimi può essere considerato l'analogo del pink slime, la poltiglia di avanzi di lavorazione usata nei wurstel e in alcuni piatti di pollo: è costituito essenzialmente da fish slime, cioè da scarti industriali pressati, mischiati e addizionati di addensanti e altri additivi, compresi gli aromi e gli esaltatori di sapore come il glutammato di sodio e le spezie, che contribuiscono a renderlo un "surrogato di granchio" (questa la denominazione più diffusa), anche se spesso di granchio o altri crostacei non c'è neppure l'ombra.

Il prodotto finale contiene una percentuale di pesce che oscilla tra il 30 e il 40 per cento del peso, mentre il resto è dato da fecola di patate o farine e amidi di vario tipo, albume d'uovo e grassi vegetali (spesso olio di palma o colza).