

PRODOTTI SURGELATI: QUASI 1 ITALIANO SU 2 LI CONSUMA ALMENO 1 VOLTA A SETTIMANA, MA MOLTI NE IGNORANO PROPRIETA' E MODALITA' D'USO. IIAS (ISTITUTO SURGELATI) LANCIA IL DECALOGO 'GOOD TO KNOW', PER SFATARE I FALSI MITI SU QUESTI PRODOTTI

“Congelato” e “surgelato” sono la stessa cosa? Gli alimenti surgelati contengono conservanti? E rispetto ai prodotti “freschi” sono altrettanto sicuri e nutrienti? Qual è il modo migliore per consumarli? Un’indagine Doxa commissionata da IIAS (Istituto Italiano Alimenti Surgelati) fa chiarezza sui principali dubbi dei consumatori riguardo ai prodotti “sotto zero” ed è alla base del decalogo “Good To Know”, ideato da IIAS. 10 (s)punti tra informazioni utili e curiosità per conoscere meglio i prodotti surgelati e smontare le fake news che ancora circolano in questo settore

20 Novembre 2018 – Che gli Italiani amino i prodotti surgelati è un dato di fatto: quasi **1 su 2** (il 44% dei nostri connazionali) li porta **in tavola almeno 1 volta a settimana** (e nel 7% dei casi, addirittura anche più di 2 volte). Tra i **consumatori abituali** spiccano **gli uomini** (sono il 48,9%) e in generale **gli under 54** (con un picco di consumi del **53,1% nella fascia d’età 35-54**). Ma, nonostante siano sempre presenti nei freezer delle nostre case, siamo davvero sicuri di sapere tutto su questi prodotti? **Un’indagine Doxa** commissionata da **IIAS - Istituto Italiano Alimenti Surgelati** - ci rivela che, in realtà, ignoriamo aspetti davvero molto importanti (in termini di valori nutritivi, sicurezza e modalità di consumo) dei prodotti “sotto zero”. Ecco perché, alla luce dei risultati di questa indagine demoscopica¹, IIAS ha stilato un decalogo con i **10 principali “Good To Know” sugli alimenti surgelati**, per fare chiarezza su questi dubbi e **sfatare i “falsi miti”** più comuni che ancora circolano tra questi prodotti. Il decalogo è stato presentato oggi a Milano dal presidente IIAS, **Vittorio Gagliardi**, insieme a **Massimiliano Dona**, (presidente UNC - Unione Nazionale Consumatori), **Giorgio Donegani** (tecnologo alimentare) e **Paolo Colombo** (ricercatore Doxa).

SURGELATI E FAKE NEWS: FORSE NON TUTTI SANNO CHE...

#1 “Congelato” e “surgelato” non sono la stessa cosa. Secondo l’indagine Doxa/IIAS circa **1 italiano su 3** dichiara di sapere che “surgelato e congelato non sono sinonimi”, pur non conoscendo bene le differenze. Sono prevalentemente **i giovani e le donne ad avere le idee più confuse**, affermando che “surgelato e congelato sono la stessa cosa” (il 16,2% degli under 35 e l’11,5% delle donne vs. 8,7% del totale Italia). *“I cibi congelati - spiega **Vittorio Gagliardi, presidente IIAS** - sono cibi portati a temperature tra i -7°C e i -12°C (che per il pesce e la carne arrivano a -18°C) e conservati a temperature tra i -10°C e i -30°C. Al momento dello scongelamento, questi prodotti sono soggetti a una parziale perdita dei valori nutritivi e organolettici. I prodotti surgelati, invece, subiscono un congelamento ultra rapido ed efficiente, in cui i cibi raggiungono in brevissimo tempo i -18°C. Proprio la rapidità di raffreddamento determina la formazione di micro-cristalli di acqua che non danneggiano la struttura biologica degli alimenti, lasciando nel prodotto pressoché intatte le proprietà nutrizionali”.*

#2 A casa non si può “surgelare”. Ma il **43,5% degli Italiani non lo sa ...** e sono sempre in prevalenza le donne (48,9%) a mostrare questa lacuna. **La surgelazione**, infatti, è **una tecnica prettamente industriale**. A livello domestico è possibile solo congelare. Non bisogna dimenticare, però, che le qualità organolettiche e nutrizionali di un cibo congelato sono inferiori rispetto a quelle del surgelato, che invece conserva a pieno le caratteristiche originali, la struttura e il sapore del prodotto fresco.

#3 Scongelare un prodotto surgelato a temperatura ambiente è sconsigliato. Eppure il **45,5%** del campione intervistato dalla ricerca Doxa/IIAS è **ancora convinto del contrario**. *“Il modo migliore per scongelare un prodotto ‘sotto zero’ - suggerisce il presidente Gagliardi - è direttamente in pentola o qualche ora in frigorifero, oppure se si ha fretta imbustato sotto l’acqua corrente. E’ sconsigliato, invece, lo scongelamento con acqua calda e quello a temperatura ambiente, per evitare lunghe soste del prodotto surgelato a una temperatura non controllata”.*

#4 Un prodotto scongelato può essere ricongelato ad una sola condizione: che venga prima cotto. In realtà, 9 Italiani su 10 sembrano ignorare totalmente questa eccezione. E’ possibile, infatti, ricongelare un prodotto scongelato a patto che il cibo venga prima cotto e successivamente raffreddato rapidamente, prima di essere riposto di nuovo in freezer.

#5 Leggere e rispettare le indicazioni riportate in etichetta è indispensabile per un corretto uso e consumo dei prodotti surgelati. Su questo punto gli Italiani si mostrano **consapevoli dell’importanza dell’etichetta**, tanto che un buon **72%** dei consumatori la legge e la rispetta prima di consumare un prodotto surgelato.

¹ L’indagine è stata realizzata dalla Doxa nel mese di settembre 2018 su un campione nazionale rappresentativo della popolazione italiana adulta (1.000 interviste telefoniche con soggetti dai 15 anni in su, attraverso la metodologia CATI)

#6 I surgelati non contengono conservanti aggiunti ai fini della conservazione. Il 66% degli Italiani ne è al corrente, perché sa che basta il freddo a garantire la lunga conservazione dei cibi. Ma **per oltre 1 italiano su 4 non è così** (26% del campione, che pensa invece che i prodotti surgelati siano pieni di conservanti aggiunti). *“In realtà – precisa Vittorio Gagliardi di IIAS – in un prodotto surgelato, per legge, non si può aggiungere nessun conservante allo scopo di prolungarne la vita. E’ proprio il freddo a garantire la lunga conservazione di questi prodotti. Parlando di additivi aggiunti, **altra fake news riguarda la credenza per la quale le verdure surgelate avrebbero un colore brillante perché piene di coloranti.** Invece questo avviene perché, prima della surgelazione, gli ortaggi vengono sottoposti ad un adeguato trattamento termico (blanching) necessario per disattivare gli enzimi che ne potrebbero causare il deterioramento ed è così che si fissa il colore naturale, che risulta ancora più brillante”.*

#7 Le verdure surgelate sono analoghe a quelle fresche in termini di vitamine e nutrienti. Sugli aspetti nutrizionali, gli Italiani hanno ancora molto da imparare: **7 su 10 credono che le verdure surgelate siano meno ricche di nutrienti e vitamine rispetto a quelle fresche;** percentuale ancor più alta tra gli under 35 (74,3%). In realtà, se non si dispone di un orto nel quale coltivare gli ortaggi, per poi coglierli e cucinarli nel giro di poche ore o al massimo di un paio di giorni, risulta sempre più difficile esser certi dell’effettiva freschezza degli alimenti, perché alcune vitamine, di fatto, si distruggono nell’arco di breve tempo. I prodotti surgelati, invece, sono paragonabili ai “freschi” proprio perché passano solo poche ore dal momento della raccolta a quello della surgelazione degli alimenti. Le verdure surgelate conservano al meglio non solo le caratteristiche organolettiche e nutrizionali (vitamine, proteine e carboidrati), ma anche la stessa struttura e il sapore dei prodotti “freschi” originali, fino alla data di scadenza.

#8 Il pesce fresco e quello surgelato hanno lo stesso valore nutritivo. Lo sanno 4 Italiani su 10. Le proprietà nutrizionali dei due prodotti, infatti, sono identiche: il pesce surgelato è una fonte naturale di macronutrienti (tra cui proteine nobili e acidi grassi omega-3), ma è anche ricco di micronutrienti come vitamine (A e D) e sali minerali (iodio e selenio). Analogamente a quanto avviene per le verdure, anche i prodotti ittici surgelati vengono pescati nelle zone più vocate del mondo, lontano dalle coste e nei mari più profondi e puliti, e subito lavorati (decapitati, eviscerati, spellati, sfilettati), evitando al consumatore onerose procedure casalinghe che determinano forti scarti di questo prezioso prodotto. Il rigoroso rispetto della catena del freddo fa poi tutto il resto...

#9 I prodotti ittici surgelati sono sicuri al 100%. E su questo punto anche i consumatori sembrano non avere dubbi. La ricerca Doxa/IIAS mostra che ben il **37,8% del campione intervistato ritiene il pesce surgelato più sicuro di quello fresco** (vs. il 27,2% che lo ritiene meno sicuro, mentre il circa 26% li considera equivalenti). In questo settore merceologico le normative di riferimento hanno imposto regole molto rigide, che fanno anche dell’imballaggio contenente il prodotto un modello di trasparenza totale, riportando l’area di pesca, il momento della prima surgelazione, la scadenza, le valenze nutrizionali, il produttore, e così via.

#10 Nei ristoranti, la presenza di un prodotto surgelato/congelato deve obbligatoriamente essere indicata all’interno del menù tramite un “asterisco”. In merito a prodotti surgelati e consumo “fuori casa”, la nostra penisola mostra ancora una volta posizioni contrastanti: **poco meno di 1 italiano su 2 (47,3%) considera la presenza dell’asterisco nei menù un’informazione inutile.** Non a caso, il 39,3% sostiene che se vuol mangiare un prodotto al ristorante, lo prende anche se surgelato. Di contro, però, **poco più della metà degli intervistati (52,7%) reputa la presenza dell’asterisco un’informazione utile e che spesso condiziona negativamente le proprie scelte dei cibi.**

“L’asterisco nei menù - conclude Vittorio Gagliardi - non è imposto da un obbligo di legge, ma da una giurisprudenza consolidata da decenni attraverso sentenze della Corte di Cassazione. Tali sentenze si basano su un presupposto: il consumatore/cliente del ristorante si aspetta che tutto quanto venga servito sia preparato con materie prime/ingredienti freschi, senza la necessità che compaia il termine “fresco” accanto al prodotto servito. Da qui la suprema Corte ha stabilito l’obbligo per il ristoratore di precisare l’eventuale ricorso a materie prime/ingredienti congelati/surgelati. L’asterisco è un sinonimo di qualità, sia per i ristoratori - che ricorrono con sempre maggior frequenza ai prodotti surgelati - che per i consumatori, che hanno maggiori tutele in termini di sicurezza dei prodotti. Tuttavia, appaiono decisamente anacronistiche e superate le ragioni che portarono - ormai mezzo secolo fa - a stabilire l’obbligo della sua apposizione accanto ai prodotti surgelati, come dimostrano anche le scelte dei consumatori”.