

CRONACA

Indagine sui prodotti che ogni giorno compriamo al supermercato per scoprire le piccole e grandi bugie dell'industria alimentare

Nella giungla delle etichette Un carrello pieno di trappole

di JENNER MELETTI



ROMA - Consiglio per gli acquisti: una lente di ingrandimento. Solo con questo strumento, fra le corsie di un supermercato, è possibile sapere cosa si compra per la propria tavola. Ecco, ad esempio, i "Cappelletti al prosciutto crudo" dei Freschi Buitoni, mezzo chilo, euro 1,99. Sulla confezione, l'immagine di una bella fetta di prosciutto. Sembra di sentirne il profumo. Con una vista da aquila - o con una buona lente - si scopre che per fare i cappelletti, oltre a farina, uova, sale non è stata usata solo la coscia stagionata del maiale. Si legge infatti che "il prodotto contiene carne di suino cotta, pangrattato, mortadella (carne di suino, grasso di suino, cuori di suino, trippini di suino), prosciutto crudo stagionato: 9,5% del ripieno".

Tutto in regola, ovviamente. Certo, se sulla busta fosse scritto in grande "cappelletti al grasso e cuore di suino" davanti allo scaffale non ci sarebbe la fila. Ma chi ha tempo di leggere? Qui, al supermercato Sma di via Laterani 39/41, è ormai ora di cena. Il pensiero è rivolto al frigo di casa, per ricordare cosa manca. Gli occhi servono solo per guardare i prezzi, per non spendere più di quanto c'è nel portafogli. "Mi lascia passare? Ho solo tre pezzi. I figli aspettano".

Oltre alla lente, meglio portarsi un esperto. Stefano Masini, docente di diritto alimentare a Scienze della nutrizione dell'università di Tor Vergata, è anche responsabile consumi della Coldiretti. Proprio nei giorni scorsi la Commissione europea ha stabilito che le etichette debbono cambiare, per fare sì che "i consumatori dispongano, in modo leggibile e comprensibile, delle informazioni essenziali per fare scelte consapevoli". Il professor Masini non è entusiasta.

"Già il regolamento europeo numero 178 del 2002 recitava che "etichettatura, pubblicità, presentazione, compresi forma, aspetto, confezionamento e informazioni non debbono trarre in inganno il consumatore".

Ma la confusione è ancora grande. E anche questa nuova normativa ha un difetto pesante. I consumatori chiedevano di conoscere l'origine dei prodotti agricoli contenuti negli alimenti, con l'obbligo dell'etichetta di provenienza, e la Commissione ha risposto che questa etichetta è un elemento volontario".

"Qui in Italia le decisioni vengono prese solo dopo le emergenze. Dopo mucca pazza, oggi è possibile sapere dove è nato il bovino, dove è cresciuto, dove è stato macellato. Dopo l'aviaria,

c'è anche la tracciabilità del pollo, ma solo transitoriamente: l'Unione ha infatti avviato una procedura di infrazione, perché dire che il pollo è italiano sarebbe una sorta di barriera non tariffaria. Nessuna tracciabilità, invece, per il coniglio, il maiale, l'agnello. Sull'olio extravergine di oliva si è discusso dieci anni. Noi ne produciamo 500.000 tonnellate all'anno e ne importiamo 400.000. E' facile mescolare. Dal 16 gennaio 2007 sulle etichette dovrebbe essere specificata la zona di origine delle olive, il paese di raccolta e quello del frantoio".

Il carrello è pronto, si può cominciare la spesa. Una bottiglia di olio extravergine di oliva Olitalia, euro 5,10. "Uno vede scritto Olitalia, traduce immediatamente olio d'Italia e pensa di comprare olio italiano. Ma non si sa. Non c'è scritto da nessuna parte dove le olive siano state coltivate e portate al frantoio. Ecco, questo è un caso che può essere segnalato all'Autorità garante della concorrenza e del mercato, per ingannevolezza del messaggio". Un tubetto di Star sugo Lampo, euro 0,70. "Dopo tante battaglie con la Cina, sulle scatole di pelati è specificata l'origine dei pomodori. Ma per le salse non vale". Chi voglia sapere di più, sulle origini del pomodoro finito nel tubetto Lampo, prodotto a Busseto di Parma, dovrebbe telefonare al numero verde 800274094. Un pacchetto di mais Mon Ami, euro 0,99.

"E anche questo, da dove arriva? Mais, soia, cotone e tabacco sono spesso Ogm, prodotti in Argentina, Stati Uniti, Canada e Brasile. Sarebbe meglio precisare l'origine, così si è più tranquilli. L'etichettatura sugli Ogm è molto complessa. Da una parte c'è l'obbligo di scrivere Ogm quando la percentuale supera lo 0,9%. Sono solo tracce, provocate da una non netta separazione fra produzioni Ogm e non Ogm. La disciplina che si sta discutendo è precisa: non ci deve essere contatto fra una produzione e l'altra, addirittura anche i mezzi agricoli debbono essere separati. Ma ci sono incongruenze: una vacca può essere alimentata con Ogm e chi beve il latte non ha il diritto di essere informato".

Benedetta sia la lente di ingrandimento. Compri il wurstel Fiorucci Suillo classico, euro 1,90, con la scritta grande che annuncia "100% puro suino" e scopri che dentro c'è "carne di suino, 80%". Passi davanti a un espositore che offre "Burn Energy drink, Now extra Potent", una lattina scura, euro 1,45. "Lo può comprare anche un bambino, perché pensa di avere più scatto nella partita di pallone. Ma in piccolo c'è scritto: "Questo prodotto non è adatto ai minori di 16 anni, a gestanti, a persone sensibili alla caffeina"". Ingredienti: caffeina e taurina. Le etichette della carne sono precise. "Nato: Italia. Macellato: Italia.

Sezionato: Italia", è scritto sulla confezione di cotolette di pollo Aia. Scopri che il tacchino Rovagnati, trasformato in fette di arrosto, grammi 120, euro 2,99, ha fatto un lungo viaggio: "Provenienza: Brasile", annuncia l'etichetta. "L'importante - dice Stefano Masini - che l'informazione sia chiara, poi ciascuno fa le proprie scelte. Certo, per fare bene la spesa al supermercato, non basterebbe un corso universitario. Prendiamo, ad esempio, il cioccolato. In Italia c'era una legge che diceva: si chiama Cioccolato solo quello fatto con cacao e burro. Quello con la margarina si chiamava Surrogato. Ma gli altri Paesi europei produttori di margarina hanno fatto ricorso alla Corte di giustizia della Comunità, che ci ha condannato. Ora si è fatto un compromesso. Quello con il burro lo chiamiamo Cioccolato puro, quello con la margarina, l'ex Surrogato, Cioccolato e basta".

Due sporte di spesa, euro 50,31 e un breve viaggio all'università di Tor Vergata, nello studio del professor Giuseppe Rotilio, docente di biochimica della nutrizione, preside del corso di laurea in Scienza della nutrizione umana. La scrivania viene invasa da confezioni, pacchi, barattoli. "Basta una prima occhiata - dice il professore - per capire che lei spende male i suoi soldi. Troppe calorie, troppi zuccheri. Il problema principale sono appunto gli zuccheri semplici, che assieme ai carboidrati servono per l'energia ma oggi sono assunti in modo esagerato. Si mangia come se

tutti fossimo maratoneti o operai da fatica e invece stiamo seduti a una scrivania". Primo esame: un bel pacco di merendine, le Trecce Auchan. L'etichetta racconta che 100 grammi portano 470 calorie, con 53,9 grammi di carboidrati e 25,5 di grassi.

"Non c'è scritta la percentuale di zuccheri semplici. Anzi no: si dice che in superficie sono il 7%. Ma dentro la pasta? Ci sono arancia candita, sciroppo di glucosio e fruttosio, emulsionante, burro, lievito di birra. Ecco, una merendina di queste è già un pranzo. E' un cibo troppo ricco, per la nostra generazione. Quando si compra, la prima cosa da guardare sono gli zuccheri semplici, che entrano rapidamente nel sangue ed alzano l'indice glicemico. Provocano l'accumulo di grasso e il tessuto adiposo è resistente all'insulina: alla fine si va verso il diabete".

Il professore non è nostalgico del passato. "O lei riesce a nutrirsi con l'insalata coltivata in un orto non concimato o deve fare i conti con l'industria alimentare. Non demonizzo: in fine dei conti, da quando esiste, noi uomini viviamo di più e meglio. Ma bisogna stare attenti agli eccessi". Nel tacchino arrosto Rovagnati c'è il destrosio, glucosio di sintesi. Zucchero anche nelle lasagne al pesto e mozzarella. Nella cotoletta Aia, "saporita e croccante", ci sono sia saccarosio che destrosio. "Dovrebbero precisare la percentuale. Ma io mi chiedo? Perché aggiungere questo zucchero? Il bambino che si abitua a questi sapori, quando la mamma prepara la semplice bistecca, si lamenta perché è sciapa. Lo zucchero è un additivo pericoloso perché aumenta le calorie e cambia il gusto naturale. Se mangio una coscia di maiale mi aspetto grassi e proteine, non zuccheri. In compenso, il grasso viene demonizzato. E' vero, ha molte calorie ma queste vengono liberate gradualmente e, se non sono combinate con lo zucchero, non si accumulano. Il grasso - lo spiego agli studenti - di per sé non ingrassa".

Tanti i prodotti che si presentano come paladini della salute. Il Danacol della Danone (confezione da quattro, euro 3,98) è "il tuo alleato contro il colesterolo". "Solo 1,1% di grassi - dice il professor Rotilio - mi sembra buono. E' per adulti che hanno problemi di colesterolo e non vogliono prendere medicine". Scritta in piccolo, un'avvertenza. "Nel caso si stia seguendo una cura contro il colesterolo, consumare il prodotto solo sotto controllo medico". Il professor Stefano Masini, il Virgilio del supermercato, ha invece molti dubbi. "Un negozio alimentare non è una farmacia. Qui prendi, paghi e porti a casa, senza nessuno che ti dia consiglio. Una cosa si potrebbe fare subito. Per prodotti come questo, o quel Burn Energy drink con caffeina e taurina, si scrivano cartelli grandi con le giuste avvertenze. "Vietato ai minori di 16 anni", ad esempio.

"Solo sotto controllo medico". Ma i produttori hanno un solo obiettivo: vendere".

(13 febbraio 2008)