

La **fettina** piace e sarà servita con la **carta d'identità**. Lo ha deciso l'**Unione europea** che estende l'**etichetta** già in uso per i **tagli bovini**, anche ad altre **tipologie** animali

# Una bistecca e la vita. ti premia

**Alessandro Malpelo**

La fettina piace e sarà servita con la carta d'identità. Recentemente l'Unione europea ha esteso infatti alle carni di maiale, pecora, ovini e pollame l'etichetta già in uso per bistecche, filetti e altri tagli bovini.

Di ogni pezzatura vogliamo sapere vita, morte e miracoli, ovvero il luogo di allevamento, modalità di conservazione e macellazione. Sarà più chiara anche la riconoscibilità e dun-

que la provenienza dei macinati. Parliamo quindi di salubrità perché assistiamo in questi mesi a un intreccio senza precedenti. Si moltiplicano gli appelli a convertirsi alle proteine vegetali, cioè a mangiare soia e legumi in primis limitando il consumo di proteine animali, mentre i vegani fanno progressi.

## **Ecosostenibilità**

Appelli a consumare frutta, verdura e cereali vengono dal-

la Fondazione Veronesi e dall'Osservatorio Paidòss, mentre la Conferenza internazionale su ambiente e salute ha sposato il modello della doppia piramide alimentare, che spinge a consumare meno carne per risparmiare risorse alimentari nel pianeta.

## **Trend**

Ma nei paesi emergenti, ecco un apparente controsenso: cresce vertiginosamente la richiesta di carni per uso alimentare, Cina e India, scoprono la bistecca, segno che il benessere economico va a braccetto con il gusto. E se una volta bastava la classica ciotola di riso e l'agricoltura la faceva da padrona, abbiamo tanti buoni motivi secondo gli esperti per non rinunciare alla carne: gli aminoacidi essenziali, le vitamine, il ferro, il gusto (anche il palato ha il suo peso) e il potere saziante.

## **Mode**

La dieta Atkins ha fatto breccia e sono sempre più numerose le persone che sperimentano periodi di riposo dai carboidrati. Seguiti dal dietologo, per evitare squilibri, sospendono per un periodo pane pasta e dolci, per rimettere in moto il metabolismo, e utilizzano le carni, oltre al pesce, in modo da accendere la «stufa» che brucia i grassi.

## **Benessere**

Alcuni ricercatori francesi hanno annunciato la scoperta di «significativi legami» tra gli indicatori di sviluppo della Banca mondiale e il cibo nei diversi paesi. Tradotto, significa che la carne esprime condizioni socio-economiche legate all'agiatezza mentre la crisi penalizza un prodotto che, nelle giuste dosi, rientra nella dieta mediterranea.

*alessandro.malpelo@quotidiano.net*





Peso: 73%