

NUOVE TENDENZE

**Snack bio,
cosa c'è dietro
il fenomeno**

DE RUBERTIS A PAG. 11

SGRANOCCHIANDO Solo il mercato delle patatine vale 3 miliardi l'anno. Ora soppiantate dalle chips vegetali che costano tre volte tanto

Sani o bluff? Cosa c'è dietro il boom degli snack bio

L'ERA DEL GIRASOLE

Il fenomeno nasce dalla domonizzazione dell'olio di palma che ha fatto crollare i prodotti che lo contengono

GLI "SPEZZAFAME"

Sono un mix di radici e tuberi: come piselli, ceci, cavolo riccio, carote Per aperitivo o merenda



**RENATA ALLEVA
NUTRIZIONISTA**

Rispetto agli alimenti trasformati le patatine di verdure non possono essere criminalizzate. Ma bisogna sempre leggere gli ingredienti

PATRIZIA DE RUBERTIS

S

enza glutine, vegano, probiotico, no Omg e, soprattutto, non fritto. Termini che campeggiano su scatole e confezioni dei prodotti alimentari che affollano gli scaffali dei supermercati. Le immagini sono invitanti, i colori lasciano il segno e stimolano all'acquisto grazie ai *claim* accattivanti e all'insegna della salute e del benessere. Tendenze alimentari che hanno cambiato lo stile di vita degli italiani a tal

punto da essersene accorto anche l'Istat che la scorsa settimana ha fatto entrare nel suo paniere lo zenzero, la radice dalle mille virtù e proprietà che sta appassionando il popolo dei salutisti. E che rappresenta anche uno degli ingredienti della nuova moda del momento in tema di snack e merendine. Messi al bando i dolcetti confezionati super calorici e zeppi del nemico numero uno, il carboidrato, ora gli italiani si stanno appassionando alle patatine vegetali.

LE CHIAMANO chips e sono mix di radici e tuberi come piselli, ceci, cavolo riccio, carote, barbabietole, tobinambur, melanzane, zucche, ravanelli. Rappresentano la nicchia delle patatine tradizionali e sono diventate compagne di aperitivi, spezzafame e *finger food* alternativi e con velleità *gourmet*. Il nome più che un programma è piuttosto una trovata di marketing che fa tris d'assi con *bio-organic* e *gluten free* degli altri prodotti salutari che vanno per la maggiore. E tutti sembrano contenti. Per i marchi più innovativi che le producono è un'opportunità

ghiotta di mercato: le patatine "sane" catturano il consumatore che vuole mangiare meglio e che non ha problemi a spendere di più per acquistarle rispetto alle quelle tradizionali unte, grasse e piene di sale (il sacchetto medio va da 440 a 380 calorie). Ma anche chi le mangia ne trae vantaggio: sono la panacea di tutti i mali. Così, pensando di mangiare "solo" delle verdurine, se ne arrivano a trangugiare in quantità senza sensi di colpa. Ma a botte di attacchi di fame, per evitare che uno finisca di divorare tutto quello che trova a disposizione, gli italiani stanno spingendo in alto i consumi delle chips vegetali. "Il comparto - spiega Matteo Della Casa, *buyer* di EcorNaturaSi - è in forte crescita nel mercato dello specializzato da oltre 2-3 anni.



Cresce del 10% rispetto agli anni precedenti e il trend è più che positivo. Se da un lato c'è questa escalation di chips di legumi o mais - prosegue Della Casa - a rimetterci è la classica patatina che va verso un trend al ribasso".

Il motivo è chiaro: tutta colpa della demonizzazione dell'olio di palma. Legustose e croccanti patatine di verdure non lo contengono, e quando si legge sull'etichetta che è presente solo olio di girasole, si è più invogliati ad acquistarle. Ma di stime ufficiali su fatturato e vendite ancora non ce ne sono, perché quello delle chips vegetali è un prodotto piuttosto recente che continua a essere considerato una sorta di sotto categoria delle patatine in sacchetto, il cui mercato italiano vale 3 miliardi di euro (fonte dati Nielsen). Noti i prezzi: se per una busta da 150 grammi di patatine classiche artigianali si spendono circa 1,5 euro, le porzioni di chips di ortaggi da 100 grammi oscillano da 2,5 a 5 euro.

"SI STA PARLANDO di alternativa salutare a merende e snack tradizionali, anche perché le chips vegetali rispettano il requisito della *convenienza*: il formato classico è quello della busta da portare in borsa, senza richiedere né la conservazione in frigo né la cottura o riscaldamento", sottolinea Dario Dongo, esperto in diritto alimentare europeo e fondatore di *www.greatitalian-foodtrade.it*. Del resto cosa c'è di meglio che sgranocchiare anche davanti al pc o sul divano questi pseudo ortaggi cotti al forno? "Sicuramente sarebbe meglio la frutta e la verdura fresca", risponde Renata Alleva, specialista in Scienze dell'alimentazione dell'università di Bologna. Che però non censura le chips vegetali: "Rispetto agli alimenti trasformati (quelli che contengono sali aggiunti, grassi e zuccheri, *nda*), come crackers e tarallini, le patatine di verdure non possono essere criminalizzate, perché sono uno snack più equilibrato di crackers e non sono affatto *junk food*. Ma

bisogna sempre leggere la lista degli ingredienti presente sulle etichette per avere la conferma di quello che stiamo mangiando". E in questo caso più è corta, meglio è. Al primo posto dovrebbero sempre comparire i nomi di verdure e legumi che siano disidratati, essiccati al sole o polverizzati, mentre gli oli di girasole o d'oliva (che non presentano le problematiche dell'olio di palma) dovrebbero trovarsi a metà lista. "Poi - prosegue la Alleva - a dimostrazione che le chips sono più salutari c'è la mancanza di acrilammide, la sostanza tossica e cancerogena che si forma durante la cottura dei prodotti che contengono amido come patate, pane, biscotti e fette biscottate. Così come è apprezzabile la quantità di fibre vegetali e la quantità ridotta di zuccheri". Ingrediente che abbonda, invece, nelle barrette a base di cioccolato e frutta secca, l'altro snack che va per la maggiore in questo momento come merendina salustica.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Al bando l'acrilammide

Lo scorso aprile è entrato in vigore il Regolamento Ue 2017/2158, che obbliga cuochi, pasticceri ed industrie a ridurre i livelli di acrilammide nei loro prodotti. Si tratta di una sostanza genotossica e cancerogena che può formarsi, in modo del tutto naturale, durante la cottura dei prodotti, a temperature superiori a 120 gradi, che contengono amido come patate, cereali, caffè, pane, pizza, biscotti e fette biscottate. Pur non prevedendo un limite di legge, sono stati introdotti valori guida (per le patatine fritte in busta si passa da 1.000 a 750 mcg/kg), mentre le aziende sono obbligate a monitorare le temperature di cottura e a verificare la situazione attraverso analisi periodiche. Ma non sono previste multe per i produttori inadempienti.



La scheda

LE CHIPS VEGETALI

sono un mix di radici e tuberi come piselli, ceci, cavolo riccio, carote, zenzero, barbabietole, tobinambur, carote, melanzane, zucche e ravanelli cotti al forno e non fritti

L'ISTAT,

l'Istituto di statistica, la scorsa settimana ha fatto entrare nel suo paniere lo zenzero, la radice dalle mille virtù e proprietà che sta appassionando il popolo dei salutisti