

# Sano come un pesce... bio

L'ITTICOLTURA "A FOGLIA VERDE" ESISTE E OFFRE PRODOTTI DI QUALITÀ. MA BISOGNA SFATARE QUALCHE FALSO MITO...

Con la consulenza di VALENTINA TEPEDINO, medico veterinario specializzata in ispezione dei prodotti ittici della pesca e dell'acquacoltura.

**C**on l'aumentare dell'età media della popolazione mondiale, il consumo di pesce procapite è cresciuto: dai 22 kg del 2000 ai 28 kg del 2018. Ma mentre i pesci nei mari sono sempre meno, l'allevamento ittico è florido e ha già occupato oltre il 50% del mercato. Forse non tutti lo sanno, ma una piccola fetta è dedicata al pesce biologico, che offre alcune garanzie sul rispetto dell'animale e dell'ambiente e sulla salubrità del prodotto finale.

## Non significa selvaggio

«Sfatiamo subito alcune credenze - afferma Valentina Tepedino, medico veterinario specializzata in ispezione dei prodotti ittici della pesca e dell'acquacoltura - Alcuni sono convinti che il pesce bio coincida con il pesce selvaggio pescato in acque incontaminate con sistemi sostenibili. Invece va ricordato che il prodotto ittico biologico è sempre e unicamente un prodotto allevato».

## Allevamenti differenti

«In Italia, come in Europa, funzionano molto bene i controlli igienico-sanitari e cresce la lotta all'utilizzo di antibiotici, ma ciò vale sia per gli allevamenti convenzionali che per i biologici. Tutto il prodotto ittico è quindi sicuro dal punto di vista igienico-sanitario e viene controllato da più referenti e a più livelli - dichiara Tepedino - Dunque non esiste una differenza significativa nell'aspetto o nella qualità sensoriale e nutrizionale del pesce allevato in modo convenzionale rispetto a quello biologico».

## DUE TIPOLOGIE

Gli allevamenti bio oggi prevalenti sono le gabbie in mare off-shore molto in profondità, che permettono al pesce di vivere nel proprio ambiente. La vallicoltura invece si pratica in aree costiere confinate, nelle quali i pesci si alimentano in modo naturale con ciò che trovano: non si possono quindi avere garanzie sulla presenza o meno di fattori inquinanti in mare.

## CHE COSA Più spazio per nuotare, mangiar



Il pesce bio deve essere allevato sottostando per legge a regole precise.

«Conosco decine di allevatori

convenzionali che lavorano in modo rispettoso, evitando antibiotici e scegliendo una bassa densità nelle gabbie - osserva Tepedino - Il problema è che non riescono poi a distinguersi dai concorrenti meno "ligi", perché la normativa nel convenzionale è ancora troppo ampia e generica». Nel biologico, invece:





## CAMBIA bio e zero stimolazioni ormonali

- I pesci mangiano prodotti bio o da pesca sostenibile.
- È proibito l'uso di antibiotici preventivi, sostanze chimiche di sintesi, ormoni o derivati per stimolare artificialmente la riproduzione. Ciò vuol dire produzioni più limitate, lente e quindi costose.
- Norme specifiche definiscono la densità massima di pesci per metro cubo d'acqua, la distanza minima tra gli impianti e la qualità dell'acqua. Gli impianti devono rispondere alle esigenze delle specie allevate.

## LO STUDIO NORVEGESE

### PIÙ SAPORE E OMEGA 3 NEL SALMONE BIOLOGICO

Un recente studio norvegese ha messo sotto osservazione il colore, la composizione di acidi grassi e la texture del salmone allevato con criteri biologici in rapporto al salmone allevato convenzionalmente: i risultati hanno evidenziato che il salmone biologico ha un sapore più intenso a causa dei mangimi di origine marina, invece che vegetale, e un colore più brillante e rosso rispetto al pesce allevato convenzionalmente. Anche il contenuto di acidi grassi essenziali era significativamente maggiore nel pesce biologico e l'instabilità dei grassi insaturi rende la vita da banco di questo pesce molto più breve.

