

Tonno, sogliola o seppie: occhio al trucco sul banco del pesce

Tanta chimica per renderli attraenti. O per conservarli. Ecco i bluff del mercato. Con qualche idea su come orientarsi. Perché bisogna mangiare il cibo del mare almeno due volte a settimana

di ELVIRA NASELLI



18 maggio 2016



A volte sul banco del pesce viene utilizzata la chimica per rendere attraenti i prodotti in vendita

GO FISH, vai col pesce, sintetizza l'Aha, l'associazione dei cardiologi americani (American Heart Association). Almeno due volte a settimana. Visto che il pesce è buona fonte di proteine e di acidi grassi omega 3, che fanno bene al cuore e riducono il rischio di aritmie, abbassano i livelli di trigliceridi e la pressione sanguigna, rallentano la crescita della placca aterosclerotica. Non tutti i pesci sono uguali, però. E Aha suggerisce di consumare soprattutto i più grassi, come salmone, sgombro, aringa, trota, sardine e tonnetti, mettendo in guardia da quelli di grandi dimensioni, come tonno, pescespada, squalo (smeriglio, mako, verdesca, canesca), per il rischio di residui di mercurio, diossina, e altri contaminanti ambientali.

LE CARNI, QUANTO SONO GRASSE?

% di lipidi per 100g

PESCE MOLTO MAGRO

<1%



Crostacei, tinca, merluzzo, razza, polpo

PESCE MAGRO

1-3%



Storione, spigola, rombo, orata, sogliola, calamaro, acciuga

PESCE SEMIGRASSO

3-10%



Orata, trota, vongole, carpa, triglia, tonno, pesce spada

PESCE GRASSO

>10%



Anguilla, salmone, aringa, sgombro, bottarga

VITELLO



35%

Filetto, tessuto muscolare privato del grasso visibile

POLLO



46%

Pollo con pelle, cotto in forno senza l'aggiunta di grassi

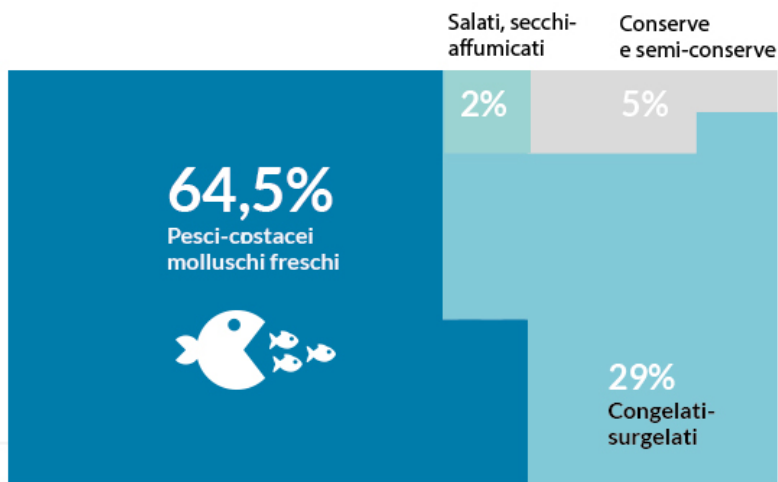
MAIALE



51%

Bistecca saltata in padella senza aggiunta di grassi

Come se non bastassero i metalli pesanti, il settore è scosso da una serie di furberie, truffe e frodi che fanno disperare i produttori onesti e annichiscono i consumatori, magari non esperti, che tremano ogni volta che si ritrovano a dover scegliere il pesce. E che, per questo, secondo il rapporto Ismea sui consumi, ricorrono sempre più alla grande distribuzione, dove si sentono forse più tutelati. Sempre più spesso, infatti, anche a causa delle richieste insensate dei consumatori, ci si può trovare di fronte a imbrogli e frodi: tonno in cui il colore è stato esaltato con monossido di carbonio (vietato), filetti di pesce o anche cefalopodi (polpi, calamari, totani) trattati con polifosfati che trattengono l'acqua e dunque pesano di più. Salvo poi "sgonfiarsi" durante la cottura. O solfiti aggiunti ai gamberi per non far annerire la testa. L'ultimo caso – che ha provocato proteste tra gli addetti ai lavori, una petizione di Eurofishmarket e un'interrogazione alla Commissione Europea – è quello dello sbiancamento con acqua ossigenata (che già si usa per la trippa) per seppie, calamari, totani e polpi. Perché il consumatore vuole vederli bianchi candidi.



Fino a pochi mesi fa l'utilizzo di acqua ossigenata era vietato, una circolare di due mesi fa del ministero della Salute ha invece reso la pratica legale. Un paradosso per più ragioni: la percentuale massima autorizzata di acqua ossigenata è dell'8 per cento, ma non c'è alcuno strumento che riesca a rilevarla. E inoltre non c'è obbligo di dichiararla. Quindi un danno per i produttori che decidono di non ricorrere al maquillage, ma anche per i consumatori, che non sanno se il prodotto che acquistano è trattato oppure no.

"L'acqua ossigenata si utilizza per polpi, calamari, seppie e totani – premette Valentina Tepedino, veterinaria specializzata in prodotti ittici e direttrice di Eurofishmarket – ma sappiamo che si usa anche su pesci interi, poiché dà una colorazione più lucente in quelli con livrea argentea e cancella un po' anche l'odore. Quindi migliora l'aspetto, e attrae il consumatore meno esperto. Il fatto che non sia rilevabile da nessun laboratorio però - è una presa in giro per i produttori che decidono di non usare espedienti. E per i consumatori, che non hanno modo di saperlo. Inoltre, non ci sono ricerche che dimostrino il non impatto di questo trattamento".

Ma l'acqua ossigenata non è l'unico sistema truffaldino per cambiare aspetto o peso del pesce. Il monossido di carbonio, per esempio, si usa per mantenere e aumentare il colore. "Si utilizza soprattutto per pescespada e tonno perché dà un rosso vivo anche con minime dosi – continua Tepedino – non è tossico, ma non è neanche legale. E non viene più cercato. Purtroppo siamo invasi da prodotti di qualità scarsissima, scongelati e ipertrattati. E se non c'è ordine, sul mercato vincono i peggiori".

Tra i peggiori ci sono anche i trattamenti con i polifosfati, che trattengono l'acqua, aumentando il peso anche del 20 per cento. "Si usa soprattutto sui filetti di pesce – racconta l'esperta – ma l'abbiamo rilevato nei cefalopodi, dove l'aumento di peso arriva anche al 50 per cento, nelle sogliole e persino in pesci scadenti come il pangasio. Purtroppo il consumatore non ha modo di saperlo, se non cuocendo il pesce, perché se ne ritrova la metà".

E racconta della fiera di Bruxelles, la più grande in Europa, dove i produttori orientati forniscono le schede dei prodotti in vendita con prezzi che diminuiscono all'aumentare degli additivi utilizzati. O delle glassature per i prodotti congelati. "Già il 10 per cento è sufficiente a proteggere dalle scottature del freddo – conclude Tepedino – ma alcune arrivano al 60 e perfino al 70 per cento. L'Italia è uno dei paesi più controllati per la salute, ma per la frode commerciale siamo molto arretrati e mancano le metodiche di controllo. Eppure non sono meno importanti".

©RIPRODUZIONE RISERVATA

GUARDA ANCHE

DA TABOOLA

Referendum, la ministra Boschi risponde allo studente che la critica